童欣——著

Psychological Analysis of Drawings

绘画心理分析

追寻画外之音

突破标准测试范畴，描绘不同画作形式及创作过程的深刻蕴含

探索“心灵的非语言表达方式”

不可或缺的绘画心理分析实用操作手册！

机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

童　欣

安徽省铜陵市人，中央美术学院心理健康教育中心教师。毕业于北京师范大学心理学院，在中央美术学院心理健康教育中心从事个体心理咨询、团体心理辅导、心理健康课程讲授等工作，工作中擅长用绘画心理分析的方式与学生进行沟通交流。

Psychological Analysis of Drawings

Psychological Analysis of Drawings

绘画心理分析

追寻画外之音

童 欣——著

机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

“心灵的非语言表达方式”与语言工具一样，都是信息的载体，但对个体而言，它们包含的信息更为丰富，也更为隐秘。以图画为例，每一幅画作本身都是对个体潜意识的“投射”，都是对压抑的自我的释放，都包含了个体丰富的情感信息。而绘画的过程则把个体意识不到的信息带入意识之中，通过意识与潜意识的对话，促成个体人格的更新和转化。本书以绘画心理分析应用为宗旨，综合运用各经典绘画心理分析测试工具，分静态分析与动态分析两方面对不同作品及不同创作过程进行了系统的分析和解读。

图书在版编目（CIP）数据

绘画心理分析：追寻画外之音 / 童欣著.
—北京：机械工业出版社，2017.11（2018.5 重印）
ISBN 978-7-111-58467-4

Ⅰ.①绘… Ⅱ.①童… Ⅲ.①绘画心理学 Ⅳ.①J20-05

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2017）第 277550 号

机械工业出版社（北京市百万庄大街 22 号　邮政编码 100037）
策划编辑：刘林澍　　责任编辑：刘林澍　杨　冰
版式设计：张文贵　　责任校对：高亚苗
北京联兴盛业印刷股份有限公司印刷
2018年 5 月第 1 版·第 2 次印刷
145mm×210mm·8 印张·138 千字

标准书号：ISBN 978-7-111-58467-4
定价：59.00 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

电话服务
服务咨询热线：010-88361066
读者购书热线：010-68326294
010-88379203

网络服务
机 工 官 网：www.cmpbook.com
机 工 官 博：weibo.com/cmp1952
金　书　网：www.golden-book.com
教育服务网：www.cmpedu.com

封面无防伪标均为盗版

前　言

2009 年，我有幸来到中央美术学院从事专职的心理健康教育工作，如今一晃 8 个春秋过去了。在这里，我结识了一批才华横溢的艺术家们。虽然我在来美院前并没有专门学习过艺术，也自认为缺少艺术细胞，但是，在欣赏艺术家们精心创作的艺术作品时，我总能体会到心灵上的深深共鸣和震撼，这是一种感受信息远远要比语言信息丰富而深邃的体会。

喜爱艺术，专注艺术——这是美术类大学生的共同特点。在给中央美术学院的学生进行的个体心理咨询中，我发现，这些来访者，无论在语言表达上是口若悬河、侃侃而谈还是沉默寡言、深藏不露，当他们进入到艺术创作的状态时，总是愿意并有能力去自然而然、行云流水地表达和展现自己。因此，工作伊始，我就开始尝试在个体心理咨询中采取绘画的方式帮助学生们打开心扉，这一做法起到了非常好的效果，我也由此认识到了艺术创作对于心理

健康的巨大促进作用。所以，在这8年的心理咨询实践中，我除了运用各种经典的心理咨询理念和技术之外，绘画媒介也逐渐成为我在咨询中的重要工具。

2012年是我工作的第4年，我就开始在学校着力推行“寓心于专、愈人自育”的中央美术学院心理健康教育工作理念，从而进一步促进心理健康教育与学生们专业的融合，以加强中央美术学院心理健康教育的针对性、广泛性、有效性、趣味性、主动性。除了在常规的个体心理咨询中积极运用绘画媒介之外，我在学校也定期开设绘画心理工作坊，并在团体心理辅导和课程教学中积极将绘画心理知识融入进去，促进同学们通过绘画了解自己，发挥自身的潜力。

在进行这些绘画心理实践工作的过程中，我更加注重对相关理论和技术的总结和梳理。

绘画心理分析与治疗作为表达性心理分析与治疗的重要方式，很多心理学和教育学的先贤和工作者都进行过研究和探讨。在理论上，从弗洛伊德、荣格开始，众多心理学家们就开始将绘画和潜意识联系在一起；在方法取向上，玛格丽特·南伯格和伊迪丝·克莱曼的两大取向各有侧重；在绘画心理测验和分析上，从伯特、诺拉姆、路易斯和史腾等人开始，诸多心理学家就开始尝试以标准化的方式来分析绘画作品。对于这些先贤的理

论和实践技术，后人在践行过程中也在不断地完善、充实和改进。

除了对前人的理论和方法进行梳理之外，本书更加侧重于对作者自己在这 8 年来的工作过程中，在理论、技术和创新方法上的总结进行详细梳理。

本书不仅适合于心理学同行在工作实践中参考，也为广大心理学爱好者在生活和学习中提供了一个绘画心理分析方面的参考，希望能对广大读者有所帮助。

绪　论

如何通过绘画来分析个体的心理状态和心理特质，这是本书所要探讨的内容。本书从理论、实践、方法上对前人以及作者自己在工作中的理论和实践工作做了一次梳理。

第一章是对绘画心理分析理论基础的总结。绘画心理分析，重点在于通过绘画对人的潜意识进行分析。弗洛伊德的精神分析学和荣格的分析心理学是绘画心理分析的最主要理论来源，他们提出的相关理论如人格结构理论、本能理论、心理防御机制理论、集体潜意识和个体潜意识、原型和情结、空间象征等理论，对于我们理解绘画作品起到了至关重要的作用。除了精神分析学和分析心理学之外，其他的一些心理学理论取向，如认知行为取向、格式塔取向、人本取向、大脑偏侧化理论等也对我们理解画面有所帮助。

第二章是对绘画心理分析实践工作的总结。其中第一

节是对前人在绘画心理分析和绘画心理治疗实践方面进行的总结；第二节到第五节是本书作者在自己的工作中，关于绘画心理分析的作用、绘画的形式、绘画心理分析的种类、绘画心理分析的原则等方面的实践感悟。其中在绘画心理分析的种类上，本书作者将绘画心理分析分为了静态分析和动态分析这两种形式，其中静态分析是对画面本身的分析，动态分析主要是对绘画过程及咨访互动过程的分析。

第三章是静态分析部分，即对画面本身的分析，它更多地反映了集体潜意识信息。在静态分析中，将绘画色彩、绘画构图、绘画内容、绘画笔触作为分析的四个维度，这四个维度在具体实践过程中按照由远及近的顺序排列。其中，色彩维度包括色调、纯度、明度、数量等四个方面；构图维度包括了位置、距离、大小等三个方面；内容维度包括了人物、动物、植物、景观、抽象图形等五个方面；笔触则包括规则、力度、形态等三个方面。在这四个大维度和各个小方面上，除了理论说明之外，本章均配备了详细的分析图表以供读者在实践中查询参考。

第四章是动态分析部分，对绘画过程及咨访互动过程进行分析，更多地是为了深入了解个体情结信息。绘画过程包括了绘画顺序、绘画时间和停顿、涂改或推翻重画等；咨访互动过程主要指使用心理咨询技术来深入地了解

画面所反映出来的来访者个人情结的过程。主要的心理咨询技术包括特征词联想技术和画面联想技术等，特征词联想技术来源于词语联想技术，而画面联想技术来源于自由联想和直接联想，两者都是本书作者对弗洛伊德和荣格的经典的心理分析技术的改进和调整，使之更加适合用于绘画心理分析工作。

第三章和第四章的心理分析过程结合了大量名家的绘画案例和作者在心理咨询实践过程中的案例进行分析阐述。

第一章到第四章的主要内容是“以画知心”，阐述了绘画心理分析的方法，注重的是分析的过程。然而在实践过程中，心理分析和心理治疗这二者之间往往是相辅相成、不可分割的，心理分析的最终目的是为了促进个体各项心理功能的健康发展和个体潜力的充分发挥，在绘画过程中绘画行为本身也具有一定程度的“疗心”作用。因此，第五章的主要内容是简要地从理论和实践方面探讨曼陀罗心理绘画这种简单而又有效的促进心理健康的方式，本方法不仅适合在专业的心理健康教育中使用，也适合个体用来调节自己的心理状态。

目　录

前　言
绪　论

第一章　绘画心理分析理论基础 // 001

第一节　弗洛伊德和精神分析学 // 003

一、人格结构理论 // 005
二、本能理论 // 008
三、焦虑和心理防御机制理论 // 010
四、弗洛伊德理论与绘画创作 // 014

第二节　荣格的分析心理学 // 018

一、分析心理学的人格结构理论 // 019
二、原型和情结 // 021
三、空间象征 // 025
四、荣格理论与绘画创作 // 027

第三节　其他心理流派 // 031

一、行为主义取向 // 031
二、格式塔取向 // 032
三、大脑偏侧化理论 // 033
四、人本主义取向 // 033

第二章　绘画心理分析相关概念 // 035

第一节　绘画应用于心理健康的实践发展 // 036

一、绘画心理治疗的发展 // 037

二、绘画心理测验和分析的发展 // 038

第二节　绘画心理分析的作用 // 040

一、适用面更广泛 // 040

二、信息含量更大 // 040

三、治疗作用 // 041

第三节　绘画的形式 // 042

一、具象画——主题明确，形象具体 // 042

二、抽象画——主题明确，形象抽象 // 043

三、不限定画——不限定绘画主题和表现形式 // 044

第四节　绘画心理分析的种类 // 046

一、静态分析 // 047

二、动态分析 // 048

第五节　绘画分析的原则 // 050

一、动静结合原则 // 050

二、由远及近原则 // 051

三、少评价、多觉察原则 // 051

四、正向积极原则 // 052

第三章　静态分析 // 053

第一节　静态分析要点 // 054

一、分析顺序 // 055

二、分析层面 // 056

三、适用条件 // 058

第二节　绘画色彩分析 // 059

一、色彩对人的影响 // 059

二、绘画色彩四要素 // 061

三、基于原型的色彩象征意义 // 063

四、色彩使用参考标准 // 070

五、名家色彩案例分析 // 081

第三节　绘画构图分析 // 089

一、构图对人的影响 // 089

二、绘画构图三要素 // 091

三、空间象征意义研究 // 092

四、构图配置参考表 // 097

五、名家构图案例分析 // 103

第四节　绘画内容分析 // 106

一、人物象征分析 // 108

二、动物象征分析 // 116

三、植物象征分析 // 119

四、建筑物象征分析 // 124
五、景观象征分析 // 128
六、抽象图形象征 // 129
七、名家绘画内容案例分析 // 131

第五节　绘画笔触分析 // 138
一、笔触风格分析 // 139
二、名家绘画笔触案例分析 // 143

第六节　静态分析案例 // 152
一、案例一 // 153
二、案例二 // 156
三、案例三 // 159
四、案例四 // 162
五、案例五 // 166
六、案例六 // 169
七、案例七 // 173

第四章　动态分析 // 177

第一节　绘画创作过程的分析 // 180
一、绘画顺序 // 181
二、时间或停顿 // 181
三、涂改或推翻重画 // 182

第二节　特征词联想技术 // 182

一、词语联想技术 // 182
二、特征词联想技术 // 187
三、案例分析 // 192

第三节　画面联想技术 // 208
一、联想分析法 // 208
二、画面联想技术 // 212
三、案例分析 // 217

第五章　以画疗心——曼陀罗绘画 // 223

第一节　荣格的自性化学说 // 225
一、生活中的对立面 // 225
二、对立面的整合 // 227

第二节　曼陀罗绘画——自性的表述 // 231
一、曼陀罗绘画的作用 // 231
二、曼陀罗绘画的实践 // 233

参考文献 // 238

01

第一章

绘画心理分析理论基础

绘画心理分析，就是通过对绘画的分析来探索创作者的心理信息。我们可以从色彩的运用、空间的构造、绘画的内容、笔触的风格、绘画过程的特点和来访者的自身感悟等方面，来分析挖掘创作者内在的心理特质和心理状态，这一过程大都由咨询师和来访者共同进行。

绘画心理分析的理论来源主要是弗洛伊德的精神分析学，以及荣格在精神分析学基础上创立的分析心理学。其核心观点都强调绘画是潜意识的表达，通过分析探索绘画作品，可以了解个体的潜意识世界。

弗洛伊德强调了压抑、升华、投射等机制对绘画过程的影响。通过探索分析潜意识在画面中的投射，可了解创作者个体潜意识中被压抑的欲望，绘画创作的过程也能让这些欲望得到升华并以社会和自我意识能接受的形式表达出来。和弗洛伊德相比，荣格更关注集体潜意识的作用，强调原型在绘画中的象征和作用。

第一节　弗洛伊德和精神分析学

从精神分析的角度来分析解释各种艺术作品的开山鼻祖是弗洛伊德（1856—1939）。弗洛伊德是奥地利人，是一位精神病医生，在治疗精神病患者的过程中创立了精神分析学派。精神分析学是20世纪的主要心理学思潮之一，其他的西方心理学流派比较重视的是实验、数据等量化的信息，而精神分析学派则是通过对临床个案的长期追踪研究，通过深入分析个体的潜意识来研究心理。

弗洛伊德与布洛伊尔合著的《癔症研究》是精神分析研究的开端，这本书使得心理学家对精神病病因的解释从生理解释向心理解释过渡，也使得潜意识作为主角公开向意识挑战。本能决定论是弗洛伊德理论的核心[㊀]，本能指的是个体为了维持生活的基本要求、冲动和内驱力，包括自我本能和性本能。之后弗洛伊德修正了自己的理论，认为人存在生本能和死本能[㊁]。个体出生后，在生本能的驱使下、在本我的基础上发展出了自我和超我，故其人格结构理论认为人格由本我、自我、超我构成。由于自我对本

㊀ MORRIS NE. Recent development in psychoanalysis [M]. New York: McGraw-Hill, 1984: 6.

㊁ 叶浩生，杨莉萍. 心理学史 [M]. 上海：华东师范大学出版社，2009：233－237.

我是有抑制作用的，所以个体除了意识以外又有了前意识和潜意识。梦论认为，梦包括显梦和隐梦，显梦是梦的表面部分，而我们要探究的就是显梦背后的潜意识信息，也就是隐梦。弗洛伊德的人格发展理论认为个体的成长分为口唇器、肛门期、性器期、潜伏期和生殖期五个阶段；在成长阶段中，个体幼年时期所形成的关系模式，会通过移情机制在成年之后重现，成年时期很多问题都来源于幼年时期的创伤，因此可以通过治疗童年创伤来治疗成年人的心理障碍；焦虑和心理防御机制理论认为，焦虑是自我在感受到威胁时提出的一种警示，而自我防御机制是自我的一种机能，自我通过歪曲现实的方式来应对所面临的焦虑或负面情绪，协调超我和本我的斗争，从而维护心理各部分的平衡感。

根据弗洛伊德的观点，艺术的本质在于被压抑的性本能的升华；艺术创作的过程就是做“白日梦”的过程，通过这个过程，艺术家满足了原欲，释放了被压抑的本能。弗洛伊德曾说过：“性本能被压抑不仅是发生种种怪症的重要原因，而且也是形成人格和创造社会文化及艺术的重要动力。”[㊀]

在弗洛伊德的理论体系中，人格结构理论、本能理论和心理防御机制理论对绘画心理分析的理解将起到重要的作用。

㊀ 沈德灿．精神分析心理学［M］．杭州：浙江教育出版社，2005：7．

一、 人格结构理论

弗洛伊德的人格结构理论认为，人格是一个整体。

（一）二部分人格结构

在弗洛伊德早期观点中，他提出了“二部分人格结构”[㊀]的看法，认为个体人格结构包括了“意识”和“潜意识”，在二者之间，存在着承担监督和检查工作的“前意识”。

其中，意识是人们的心理活动中可以被自己感受和观察的那一部分，也就是最清醒的那个部分，它只占到个体心理活动的一个很小的部分。

而潜意识就是无意识，无意识就是在一段时间内存在并发挥作用，但我们又对其一无所知的心理活动，它不能被感受和观察到，但是却在个体心理活动中占据了绝大部分。潜意识包括个体出生之后的原始本能冲动，以及和本能冲动有关的被压抑的欲望等。而欲望之所以会被压抑，是因为它不能被社会规则、社会道德及法律所接受。但是这些欲望被压抑之后并没有消失，而是在潜意识的层面继续活动并以各种形式表现出来，并时刻对个体的心理过程和心理状态的各方面产生着影响。

个体的潜意识中的冲动和欲望是不能直接进入意识领

㊀ 王光荣. 弗洛伊德人格结构理论的演变及其影响［J］. 西北师范大学学报（社会科学版），1994（03）：64－67.

域并被意识察觉的，弗洛伊德认为，在意识和潜意识之间，还存在着前意识。前意识的内容只是暂时被个体遗忘，但是如果有需要的话是可以重新被意识层面觉察的。前意识起到了监督和检查潜意识的作用，个体潜意识中的冲动和欲望，只有经过了伪装，符合了社会规范、社会道德和法律之后，才能够通过前意识的检查，进入到意识层面被意识所察觉。

有关前意识和潜意识的关系，弗洛伊德认为："对我们来说，被压抑东西是无意识的原型。但是，我们看到，我们有两种无意识——一种是潜伏的，但能够变成意识；另一种被压抑的，在实质上干脆说，是不能变成意识的。这一对心理动态学的理解不能不影响到有关意识的术语和描述。仅仅在描述性的意义上是无意识的而不是动力意义上是无意识那种潜伏，我们称之为前意识。"[㊀]通过梦的解析、自由联想及移情与暗示等方法，我们可以觉察和探究潜意识。

（二）三部分人格结构

到了晚年，弗洛伊德在二部分人格结构的基础上又提出了"三部分人格结构"[㊁]，认为人格由"本我""自我"

㊀ 西格蒙德·弗洛伊德. 自我与本我［M］. 林尘等译. 上海：上海译文出版社，2015：149－150.

㊁ 王光荣. 弗洛伊德人格结构理论的演变及其影响［J］. 西北师范大学学报（社会科学版），1994（03）：64－67.

“超我”三个部分构成。本我又叫伊底，是个体与生俱来的欲望和本能，如食欲、性欲等。本我是人格结构的基础部分，并为个体的心理和行为活动提供力量，本我的内容常常是不能为道德所接受的，其过程是潜意识的，本我遵循的是“快乐原则”，即追求快乐、逃避痛苦。

自我是个体经过后天的与环境的互动、适应和学习，从本我中分化而来。比如，幼儿在路边的小吃店看到自己喜欢吃的零食时，本能地会去直接抓取，但此时抚养者就会通过各种方式让幼儿意识到，这种行为（直接抓取）是不被允许并会受到惩罚的，要先付钱才能得到自己喜欢的零食。通过这种后天的学习，个体了解到要先付钱才可以获得东西，从而压抑了自己看到食物本能地直接去拿的欲望。自我遵循“现实原则”，即追求现实，一方面满足本我的各种原始需要和冲动，另一方面接受超我的指导而压抑本我中不道德的冲动。

超我处于人格结构的最高层，是人格结构中的管理者。弗洛伊德认为，“在自我中存在着一个等级，在自我内部存在着不同的东西，可以把它称作‘自我典范’或者‘超我’。”[㊀]

因此，超我是一种自我典范，是道德化了的自我，代表了个体的良心、理想等。超我是个体在后天的成长中，

㊀ 西格蒙德·弗洛伊德. 自我与本我［M］. 林尘等译. 上海：上海译文出版社，2015：162.

接受文化和道德的熏陶而逐渐形成的。超我遵循“至善原则”，不追求快乐和现实，而是追求理想和完美。

在人格的三个系统中，本我是人格中的生理成分，自我是人格中的心理成分，超我是人格中的社会成分。[㊀]在外部世界的作用下，这三者相互作用，相互反应，保持着动态的平衡。其动态作用方式是，在外部世界的作用下，自我受到了冲击后平衡被打破，于是本我和超我之间开始斗争，形成了新的自我平衡，这种自我平衡再次被打破之后，又会引发本我和超我之间的再次角逐。个体人格通过这种平衡—不平衡—平衡的方式，不断地变化和发展。

二、 本能理论

弗洛伊德认为，操纵人格三部分结构运转，作用于人格的能量都来自于本能。弗洛伊德的“本能”指的是人的生命和生活中的基本要求、原始冲动和内驱力。是人与生俱来的一部分。一开始，弗洛伊德将本能划分为自我本能和性本能。自我本能指的是个体自我保存的原始冲动，也就是和个体生存息息相关的基本需要，而性本能指的是与性欲和种族繁衍相关的冲动。二者的区别在于，前者比较迫切，不能抑制，不会自行消失；后者可以延缓，可以加以抑制乃至进入潜意识领域，可以升华。后来经过第一次

㊀ 王光荣. 弗洛伊德人格结构理论的演变及其影响［J］. 西北师范大学学报（社会科学版），1994（03）：64－67.

世界大战，人们之间的血腥屠杀让弗洛伊德开始重新思考并修改了自己的本能理论，认为人的本能包括生本能和死本能。生本能包括潜伏在人类生命中的一种进取性、建设性和创造性的力量，它包含了之前所说的自我本能和性本能，因为它们都指向生命和种族的延续。而死本能和生本能相对立，代表着潜伏在人类生命中的一种破坏性、攻击性、自毁性的力量。当这种力量指向外部世界时，表现为吵架甚至战争；而指向内部时，则表现为自责甚至自残。㊀

本能作为一定量的心理能，是整个人格结构系统的动力基础。在弗洛伊德看来，人格可以获得的能量是一定的，人格中某一系统获得能量后，就意味着其他系统已丧失了能量。如果大部分能量被超我控制，人的行为就很有道德；如果大部分能量被自我所支配，人的行为就显得很实际；如果能量还停留在本我，人的行为就具有冲动性。一个人想干什么、要干什么，一个人的本质和行为，毫无例外地取决于能量在其人格结构系统中的分布情况。人格的动力状态是由能量在整个人格中的不同分布决定的，而一个人的行为则取决于其所具有的动力状态。㊁

弗洛伊德认为，性本能被压抑不仅是发生种种怪症的重要原因，而且也是形成人格和创造社会文化及艺术的重

㊀ 叶浩生，杨莉萍．心理学史［M］．上海：华东师范大学出版社，2009：233－234．

㊁ 董秀娜．弗洛伊德的人格理论综述［J］．伊犁教育学院学报，2005（04）：34－38．

要动力。[一]

三、 焦虑和心理防御机制理论

弗洛伊德假定，当个体所接受到的刺激超过了本身控制或释放能量的界限时，个体就会产生一种创伤感。伴随这种创伤感出现的体验就是焦虑。焦虑是一种由人格不适应状态引起的痛苦的情绪体验。[二]

前文中提到，在外部世界的作用下，本我、自我、超我相互作用，相互反应，保持着动态的平衡。其中，自我在整个人格结构和外部世界的互动中，起到了最核心的调节作用。在和外界的互动中，本我的原始冲动和超我的道德需求往往是彼此矛盾冲突的，自我的调节作用经常显得软弱无力。弗洛伊德认为："如果自我不得不承认它的软弱，它就会突然产生焦虑。"弗洛伊德认为焦虑就其来源不同，可以分为三种：真实性焦虑、神经性焦虑和道德性焦虑。

真实性焦虑对应的是自我和外部世界的关系。当自我感受到面对外部世界压力时的软弱感时，真实性焦虑就会产生，比如运动员在比赛临场时因感受到比训练时期更大的压力而产生的焦虑。神经性焦虑对应的是自我和本我的

㊀ 沈德灿．精神分析心理学［M］．杭州：浙江教育出版社，2005：7．

㊁ 叶浩生．冲突·焦虑·防御——弗洛伊德的动力心理学［J］．教育研究与实验，1987（01）：77－83．

关系，焦虑程度通常和外部世界压力之间没有明显的关系，神经性焦虑由自我担心本我的冲动引起个体去实施某些会使他遭受惩罚的行为而引发，比如，幼儿在遭到抚养者的打骂后，本我有着极大的愤怒并试图反击，但自我担心本我这样做会让其遭到更严重的惩罚，于是将这种愤怒压抑下去，由此引发焦虑，在其后的成长中，这种被压抑的愤怒会通过神经性焦虑的方式表现出来，比如面对长辈时的莫名焦虑。道德性焦虑对应的是自我和超我之间的关系，当自我受到超我的惩罚威胁时，便会产生道德性焦虑：本我趋向表现那些不为社会道德和规范所接受的冲动或行为时，超我就以罪恶感和羞耻感来警告、惩罚，并进行自我谴责。道德性焦虑由个体担心因自身的意图不符合自我理想的标准而受到良心和道德的惩罚而导致，其随着个体超我发展水平的不同而不同。在生活中，道德高尚即超我比较发达的个体，更容易产生道德性焦虑，在有了不能被社会所接受的想法或念头的时候，就会受到相对严重的焦虑困挠。相反，超我部分发展不完善的个体，有了违反社会规则的想法或行为时所体验到的道德谴责就较少。

在个体成长的过程中，焦虑是有其积极意义的，它的存在通常警示和提醒个体在内外部环境之间出现了危险或不平衡的状态，因此调动自我来调整及应付这种不平衡状态，当自我通过合理的行为或心理消除了危险，重新回到

了平衡状态时，焦虑就会消失。

然而，当自我在某些时候实施了合理的行动之后，并没有成功地消除焦虑时，就必须以非理性方法来达到这一目的。这种非理性的方法就是自我的心理防御机制。

大多数防御机制是通过对现实的歪曲而起作用的。它可表现为对各种客观事实视而不见、充耳不闻。大多数防御机制在起作用时，人们通常意识不到。如果人们意识到自己在歪曲现实，这种歪曲就不能起到避免或减轻消极情绪状态的作用。[㊀]心理防御机制有积极的意义，可以让个体心理恢复平衡，也有消极的一面，即恢复平衡之后的退缩。

弗洛伊德提出很多种心理防御机制，个体经常使用的防御机制如下：

压抑：压抑是精神分析理论的基石。弗洛伊德通过分析压抑才形成了潜意识理论。压抑是最基本的一种心理防御机制，就是将引起个体焦虑的冲动和欲望，压抑到潜意识中去，这样意识层面就无法意识到它们的存在。比如，经历过重大的自然灾难（如地震）的幸存者，事后往往想不起地震发生时的情景或细节。

投射：所谓投射，是指个体把自己所不能接纳的、

㊀ 叶浩生. 冲突·焦虑·防御——弗洛伊德的动力心理学［J］. 教育研究与实验，1987（01）：77－83.

会引起焦虑或负面情绪的因素归因到别人身上，以维持自身的心理平衡。比如，自己对某件事情有某种不良动机或恶意看法，但又不能为社会和自己所接纳，接受了就会承担相应的痛苦，所以选择将这种不被社会观念所接受的想法投射到别人身上，认为别人有这样的想法或行为。通过这种投射，个体可以避免自我攻击的痛苦。比如有人潜意识中对他人有攻击的倾向，因此当他人对其做出一些中性的举动的时候，就会被其当作是攻击举动，认为对方在挑衅；爱嫉妒他人的人，也会经常感觉到别人在嫉妒自己。

反向：个体将引起焦虑的想法、冲动、行为等用外在的相反的形式来表现出来。比如，有人对他人怀有敌意，但交往的时候却表现出对此人异乎寻常的热情友好。

合理化：个体为引起焦虑的想法、冲动、行为、事件等进行辩护或文饰，使得其有了合理的解释。比如，酸葡萄心理，被追求的对象拒绝之后，认为其本来就不够好；喜欢打骂孩子转移怒气的家长常说“棍棒底下出人才”。

否认：个体拒绝承认已经发生的事实，认为它从未发生过，这样就获得了心理上的平衡。比如，经历过灾难的个体，事后对发生的事件一片空白。否认和压抑有所不同，压抑是想不起来了，而否认是认为这件事情根本没有发生过。

隔离：个体将引起焦虑或负面情绪的想法、念头、感受等与自己分隔开来，让自己意识不到它们的存在，以维持心理上的平衡感。比如，心理咨询中，在叙述自身经历的创伤性事件的时候，个体面带微笑或显得很愉快，这就是将自身与情感隔离的表现。

抵消或仪式化：个体用某种象征性或仪式化的行为，来抵消已经发生的让其感受到焦虑或内疚的行为或想法。比如，没有时间陪伴孩子的父母通过给孩子买玩具，来象征自己是爱孩子的。

升华：升华是一种比较成熟的心理防御机制，是指个体将原本不被社会道德或准则所接受的想法和行为，以符合社会标准的方式表现，既满足了原始欲望，又获得了社会认可。比如，有攻击和暴力倾向的人择业时选择去当一名拳击手，从而获得事业上的成就。

四、 弗洛伊德理论与绘画创作

根据弗洛伊德的人格结构理论、本能理论和心理防御机制理论，我们可以认为，艺术创作的过程是潜意识的过程，是被压抑的本能的投射升华的过程。

这在很多东西方艺术创作者的创作过程中也有体现。比如，李白的很多传世诗歌都是在醉酒之后创作的，故有“李白斗酒诗百篇，长安市上酒家眠”之说；美国画家波洛克也经常在醉酒状态下创作出高水平的精彩作品；唐朝

著名书法家张旭嗜好饮酒，常常在大醉后泼墨挥毫，一挥而就地创作出狂草体的书法，甚至不提笔，直接以头发蘸墨水进行创作，故有“癫张”之称，而在他清醒后，看到自己在醉时书写的狂草体，自己也不敢相信竟然能写出这么好的字。这些艺术家创作顶级作品，均是在意识模糊之际，是在没有意识压制的情况下，潜意识过程自动浮现及创造的生动体现。

这种潜意识的体现是通过投射及升华的过程来实现的。在绘画、雕塑、舞蹈、戏剧、文学创作等艺术创作活动中，人们将自己潜意识层面的信息，用直观的形式展现在自己的作品中，这种展现就是投射的过程，在绘画创作过程中，色彩的运用、空间的构造、笔触的风格、绘画的内容、创作的过程等，都可以看作是来访者内在心理特质或心理状态的一种投射。

在心理咨询中，来访者在表达自身情绪和感受的时候，往往能感觉到语言的乏力，人们的情绪和感受所包含的信息太多、太丰富，纯粹用语言来表达，往往能感觉到语言跟不上感受的节奏，语言不能完全表达感受。在这种情况下，运用画笔，将自己的感受、情绪等信息，通过绘画的形式直接投射和展现在画纸上，很多人就会觉得相对顺畅和轻松。根据来访者在创作中投射的心理信息，通过各种方式分析和帮助来访者觉察并理解自己的潜意识是心理咨

询师的重要工作。

在投射的同时，根据弗洛伊德的观点，艺术创作者“通过改变和伪装而软化了他的利己主义的白日梦性质，他通过纯形式的——亦即美学的——乐趣取悦于我们，这种乐趣在表达他自己的幻想时提供给我们。”[㊀]

绘画过程可以升华被压抑的本能，比如有人在心中非常痛恨某一个人，非常想杀死对方。但是这种行为是不符合社会规范的，并且会给自身带来危险。因此，他将这种杀死对方的冲动压抑了。但是，他爱上了漫画创作后，在绘画的过程中，他不知不觉地以自己所痛恨的对象为原型，塑造了一个精彩的画面角色，并在画面中杀死了这个角色。这种在绘画中杀死角色的行为，是被社会所认可的，是符合社会规范的，而作者潜意识中的这种被压抑的冲动也得到了一定程度的升华。

从对名家作品的分析中，也可以看出画家本人的潜意识线索。

萨尔瓦多·达利（1904—1989）是西班牙超现实主义绘画大师级人物。在谈及他的著名作品《记忆的永恒》时，达利肯定了弗洛伊德对自己的影响。从《记忆的永恒》的画面中，我们可以直观地看到软塌塌的钟表、面包、蚂蚁等。

㊀ 西格蒙德·弗洛伊德. 论艺术与文学［M］. 高觉敷译. 北京：商务印书馆，1986：9.

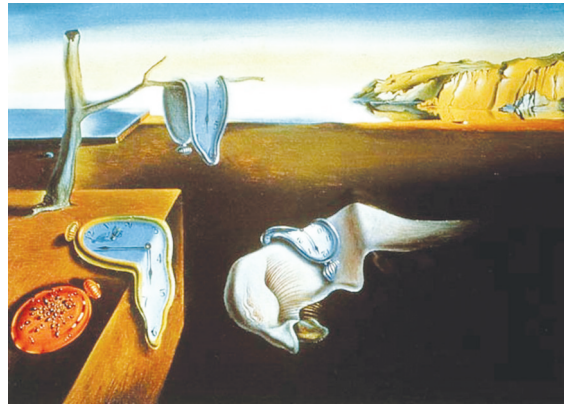


图 1－1　达利《记忆的永恒》

达利在《一个天才的日记》中说："我一生中，面包无止无休地紧跟着我……"面包对达利来说是一个不可缺少的主题。在达利的眼中，外表坚硬、内部柔软的面包是性欲的象征。借助它，达利可以尽情表达他对情欲的幻想。蚂蚁对于达利来说是和负面的记忆联系在一起的，达利在童年时代曾经从堂兄手中接管了一只受伤的蝙蝠，达利对这只蝙蝠倾注了自己的爱和照料。然而有一天，噩梦降临在小达利的身上，不知什么原因，他最爱的小蝙蝠被一大群疯狂的蚂蚁包围着，已是奄奄一息。他跳起来，抓起爬满蚂蚁的蝙蝠，发疯似地啃咬蝙蝠的脑袋，还把它扔进了水里。从此，"蚂蚁"就伴随着达利。在达利的作品中，忙碌的蚂蚁通常是紧张、焦虑和衰老的象征，暗示着达利潜意识里的恐惧、无力、不安和性焦虑。而柔软的钟表则

是达利最广为人知的题材。柔软的钟表表达的是达利与时间之间的狂热关系，以及他对时间的制约性和时间对记忆固有的重要性的理解。这些钟表，如今已成为了人们心目中的超现实主义梦境物象的同义语。[㊀]

第二节 荣格的分析心理学

绘画心理学最为核心的理论基础就是荣格（1875—1961）的分析心理学。分析心理学又称为原型心理学，是荣格在精神分析学的基础上所发展出的一支新的学派。荣格于 1875 年出生于瑞士，1900 年毕业于巴塞尔大学，此后一直从事精神病诊疗的相关工作。1906 年在反复阅读了弗洛伊德的《梦的解析》之后，开始和弗洛伊德通信并跟随弗洛伊德学习。1910 年的第二次国际精神分析大会上，弗洛伊德坚持让荣格担任国际精神分析协会的主席，将荣格当作自己在学术上的接班人来培养。然而，后来荣格和弗洛伊德却产生了学术上的分歧。荣格对泛性论的观点表示反对，他认为，力比多只是一般的心理能量，而性欲只是其中的一部分。1914 年，荣格辞去了国际精神分析学会的主席职务并和弗洛伊德决裂。此后他尝试提出了自己的心理理论，开创了分析心理学。

㊀ 付馨慧. 从视觉角度看超现实主义——用弗洛伊德的潜意识理论解析达利作品［J］. 科技信息，2011（11）.

和精神分析学一样，分析心理学也不依赖实验、数据等量化的资料，而是取材于临床实践。另外，分析心理学也始终肯定潜意识与力比多的存在。在分析心理学中，集体潜意识、原型、情结等理论，以及词语联想、梦的解析与积极想象等研究方法，都为绘画心理分析提供了理论支撑和技术支持。

一、 分析心理学的人格结构理论

和弗洛伊德的精神分析学对人格的意识、潜意识进行的划分类似，分析心理学也认为个体人格可以划分为意识和潜意识。但是荣格认为，潜意识部分可以进一步划分为个体潜意识和集体潜意识。

意识是能够被个体自我所感受到的那一部分心理活动。荣格理论中的意识概念和弗洛伊德理论中的是一致的。

荣格理论体系中的潜意识，则包含了个体潜意识和集体潜意识，个体潜意识包含一切被遗忘了的记忆、直觉和被压抑的经验，它带有很强的个人色彩，虽然属于潜意识，但是经过努力，部分个体潜意识可以进入意识层面从而被主体认识到。[㊀]

集体潜意识是荣格理论中最重要的概念，他认为集体潜意识反映了人类在进化和发展的过程中累积的经验，是

㊀ 叶浩生，杨莉萍. 心理学史［M］. 上海：华东师范大学出版社，2009：244.

人格中最深层次和最有力量的部分。这个部分主要来自于遗传和种族的历史，包括生物性的信息，以及原始的生存环境、神话、宗教、文化等信息，是人类在漫长的进化发展过程中积累而来的。荣格曾说过："正如人类的身体相当于整个人体器官的博物馆，每一器官背后皆有其漫长的进化过程一样，我们应当期待去发现，人类的心理也是以一种与之相似的方式构成的。心理不再可能是存在于身体之内却没有其自身历史的产物。说到历史，我的意思并不是在讲这样一种事实：心理依据意识链接过去，通过语言和其他种种文化传统来创造自体。我这里所指的是心理的历史，是心理依然接近动物的古代人的那种生物性的、史前的、潜意识的心理演进的历史。"[㊀]

因此，荣格和弗洛伊德对人格结构的划分既有一致的成分，又有不同的成分。一致在于他们都将心理分为了意识与潜意识，并认为个体能够意识到的部分只占据很小的一部分。不同的是，弗洛伊德认为潜意识的全部内容是由个体出生后经历的事件所规定的，而荣格则认为个体出生后的经历所形成的潜意识只是个体潜意识，这种个体潜意识并不是潜意识的全部内容，而集体潜意识则是人类所共有的。

㊀ 卡尔·古斯塔夫·荣格. 荣格作品集第一卷［M］. 张月译. 南京：译林出版社，2014：80.

二、 原型和情结

（一）原型

基于集体潜意识理论，荣格提出了原型概念。他认为，集体潜意识的主要内容就是由各种“原型”构成的。所谓原型，是一种本原的模型，其他各种存在都是根据这个模型而成型的。原型是一种本能的趋向，本能和原型相互依存，本能是原型的基础，而原型则是本能的潜意识意向。[㊀] 荣格曾说过：“原型是一种趋向，这种趋向构成这类主题的表象——细节上可以千变万化，然而又不丧失其基本的类型的表象。”[㊁]

荣格曾对几种最初的原型模式进行过详细的论述。

人格面具：是指个体在公众场合中公开显露和表现出的那一面，这一面有的时候与我们真实的想法是相违背的，比如，在不喜欢的人面前也表现得彬彬有礼。个体之所以表现出这一面，主要是为了获得他人和社会的认可。

阿尼玛和阿尼姆斯：荣格认为个体天生就具备了一些异性的特质，个体必须在人格中展现出一定的异性特质，才能获得平衡。人们通过这种先天性的异性特质来了解生活中的异性。当个体异性特质得到充分关注的时候，这种

㊀ 叶浩生，杨莉萍. 心理学史［M］. 上海：华东师范大学出版社，2009：244

㊁ 卡尔·古斯塔夫·荣格. 荣格作品集第一卷［M］. 张月译. 南京：译林出版社，2014：81.

特质就会得到充分的发展，但如果被忽视，异性特质就会通过投射等心理机制，影响个体的心理和行为。[㊀]按照荣格的观点，如果一个男性没有关注到内心的女性化的一面，总是表现出刚强勇敢的男性化的一面，那么女性化的温柔、敏感就会在他的潜意识中发挥影响；反之，如果一个女性没有关注到内心中男性化的一面，总是表现得多愁善感，那么男性化的一面就会在她的潜意识中发挥影响。

阿尼玛就是男性心理中女性的一面，是男子内在的女性原型，“在男子的心灵中，阿尼玛是一切女性心理的化身，诸如模糊朦胧的感情、心绪、事关未来的征兆预感，非理性存在的接纳性、个体之爱的能力、成熟质感，以及——最后的但却并非是最无足轻重的——他与潜意识的关系。”[㊁]

阿尼姆斯则和阿尼玛相反，是女性内在的男性原型，它是女性心中男性化的一面，并为女性提供了理想化的男性特质，比如勇气、进取心、坚强刚毅、才华横溢等。

阴影是人格的阴暗面，是精神中最隐蔽的部分，个体的意识层面往往无法意识到它们的存在。大多数时候，阴影是由个体意识层面觉得罪恶、羞愧、焦虑的内容组成，于是在意识层面个体选择去压抑它们。阴影容易被个体投

㊀ 申荷永. 荣格与分析心理学［M］. 北京：中国人民大学出版社. 2012：60

㊁ 卡尔·古斯塔夫·荣格. 荣格作品集第一卷［M］. 张月译. 南京：译林出版社，2014：222.

射到别人的身上。阴影并非完全是负面的东西，如果阴影得到了个体的充分觉察和关注，那么就能达到某种程度的心理整合和发展，将积极和消极的事物都融合进自身的整体中。因此，帮助个体充分觉察和关注自身的阴影，也是心理分析的重要工作。

“智慧老人”是我们内在所具有的有关意义与智慧的原型意象，象征着无所不知。荣格认为，男性阿尼玛发展最高阶段的“索菲亚形象”，以及女性阿尼姆斯发展的最高阶段的“赫尔墨斯形象”，都在不同程度上具有这种“智慧老人”的意义。荣格的“斐乐蒙”也就是荣格自己内在的智慧老人，他会出现在荣格的梦中，也会通过积极想象来和荣格沟通。荣格曾说，他所有的重要的分析心理学思想，都与他的“斐乐蒙”有着不解的渊源。[㊀]

（二）情结

荣格认为，集体潜意识的主要内容是原型，个体潜意识的主要内容就是情结。[㊁]他是最早在词语联想测验中发现并提出“情结”一词的，荣格在其理论体系正式定名为“分析心理学”之前，他命名其为“情结心理学”。

㊀ 申荷永. 荣格与分析心理学［M］. 北京：中国人民大学出版社. 2012：71

㊁ STEIN M. Jung's Map of the Soul：An Introduction［M］. Chicago Open Court. 1998：36.

所谓“情结”就是个人所伴有的观念上或者情感上的内容聚到一起而形成的难以觉察和难以解开的心理结。情结被触发之后会对个体产生极其强烈的影响，这种影响涉及个体情绪和行为等各方面。个体童年时代遭受过的创伤及其相关情绪，在成长过程中逐渐被压抑，然而在成年后，特别是有了力量之后，当再次面临和受创伤时类似的情境时，和这一情境相关的情结就会被触发，从而表现出异乎寻常的强烈情绪反应。比如，中国历史上的明朝开国皇帝朱元璋，童年时期生活十分贫困。在一次饥荒中，由于贪官对救援粮食的盘剥，导致了人民大量饥饿而死，童年时的朱元璋也在这场灾难中短时期内失去了父母和兄嫂等很多亲人，从而形成了剧烈的创伤性情结，等到后来他成为开国皇帝并拥有了力量之后，当了解到手下官员有类似的盘剥行径时，情结就被触发并以强烈的情绪和行为表现出来，使他制定出一系列严酷刑法打击贪官。

每个人都有属于自身的情结，并在潜意识中对情绪和行为发生着作用。心理咨询和心理治疗的目的并不是帮助来访者消除情结，而是帮助来访者去体验，帮助他们去关注、觉察、理解自身的情结。当情结得到充分关注的时候，情结对个体的负面影响就会逐渐减弱。

在绘画心理分析中，除了象征集体潜意识的原型信

息之外，还有象征着个体潜意识的情结信息。一般来说，原型信息可以通过一些静态的画面信息分析探索，而情结信息则需要咨询师引导来访者对画面信息进行进一步的感受、觉察和挖掘，在来访者开始觉察和关注到自身情结的时候，心理和行为状态就会开始往好的方向发展。

三、空间象征

荣格的空间象征理论也是绘画作品分析和解释的一个重要的理论依据，空间象征是集体潜意识在艺术作品中的一种反应。

荣格的分析心理学有时会基于病人的想象和梦来解释一幅画，在分析中的主要着眼点可总结为颜色的总体印象、象征和空间利用方式。他认为，丰富的联想可以用于艺术创作，产生绘画作品，空间象征可以解释这些绘画作品。荣格认为这是对个人冲突的一种暴露和一种治疗，空间象征由此有了一个如此有建设性的用途。随着空间象征理论的不断发展，图画解释的象限模式成为了相关研究的集中点。[㊀]在空间象征理论的基础上，荣格提出了空间象征理论图，如下图所示：

㊀ 周丽芳. 中日大学生空间象征理论的检验及抑郁的相关研究［D］. 苏州：苏州大学，2008.

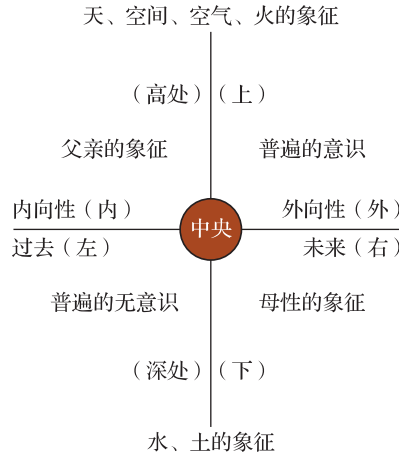


图 1－2　荣格的空间象征理论图

摘自：杨东．艺术疗法——操作技法与经典案例［M］．重庆：重庆出版社，2007：23

在绘画心理分析中，空间利用方式就是作品在绘画空间上的构图和分布，这种空间利用也是个人的心理状态和特质的投射。荣格的空间象征理论图认为，空间的上部象征着精神世界、未来、父亲，下部象征着物质世界、过去、母亲；空间的右方象征着普遍的意识，左方象征着普遍的无意识。

因此，在分析和解释绘画作品的时候，可以通过来访者作品的空间分布来追寻其精神世界、物质世界、意识、潜意识、父母关系等方面的心理状态、心理特质，以及人格的发展历程等。

荣格的空间象征理论得到了众多心理学家和教育工作

者的支持，除了绘画疗法之外，空间象征理论在箱庭疗法中的运用也较为广泛。心理学家和教育工作者在有关绘画心理治疗、箱庭疗法的理论与实践工作中，也在不断地运用、改进荣格的空间象征理论图。空间象征理论在第三章中将会有着重的阐述。

四、荣格理论与绘画创作

弗洛伊德认为艺术是个体无意识的升华及替代性表现，而荣格则认为艺术是超个人的东西，艺术是集体无意识及原型的象征。在荣格对于艺术作品的分析中，他始终强调的是原型象征。

荣格曾指出弗洛伊德对达·芬奇的画作《圣母子与圣安妮》的解释是不准确的。荣格指出，这幅画“与明显的个人心理交织在一起的还有一个非个人的‘母题’。在其他领域中这个‘母题’是我们非常熟悉的，这就是‘双重母亲’的‘母题’，它是神话和比较宗教领域中以各种变体出现的一个原型，它构成了无数‘集体表现’的基础。我还可以提出‘双重血统’的‘母题’为例：所谓‘双重血统’是指同时从人和神的父母那儿获得的血统……双重诞生的‘母题’与两个母亲的幻想无处不在的联系是应和了人类中一种普遍存在的需要，这种需要恰好反映在这些

‘母题’之中”。[㊀]所以，荣格认为从这幅画中，达·芬奇所展现的并不是个体潜意识，而是表现了人类共有的、普遍的一种有关存在的需要——集体潜意识中的“双重诞生”的原型。

图1-3　达·芬奇《圣母子与圣安妮》

荣格在《心理学与文学中》，对毕加索的作品也进行了深入

㊀ 卡尔·古斯塔夫·荣格. 荣格作品集第三卷［M］. 张月译. 南京：译林出版社，2014：864

的心理分析。他认为，毕加索的作品不是来源于外部世界和外在经验，而是来自于内心的经验和幻觉。此外，毕加索是一个精神分裂症患者，他的画解释了他们对情感的疏远和离异。“这类画都有一个主要的特征——断裂；它们以布满整个画面的所谓‘断续的线条’，即一系列的心理‘断层’（就这个词地质学上的意义而言）来表达自己。这种画使人感到心寒，它们以其荒谬无情和对观众的古怪的冷漠搅扰人们的内心。”㊀

荣格认为，精神分裂症病人之所以会创作出象征现代人集体无意识的断裂和零碎的绘画作品，是因为现代人对“完整的人”的向往。他分析道：“这个‘完整的人’由于当代人在他们的单面性中迷失了自身而被遗忘，但却正是这个完整的人在所有动荡、激变的时代曾经并将继续在上部的世界中引起震动。这个人与现在的人是不同的，因为他一如既往，亘古不变；而现在的人则是转瞬即逝的。因此，在我的病人中，接着内外的变化随之而来的便是对人性中的两重性及其对立面相互冲突的必要性的承认。在经历了那些崩溃、分裂时期的疯狂的象征以后，紧接着便会出现一些表明明与暗、上与下、黑与白、男与女等对立因素互相靠拢与融汇的图像。在毕加索最近的绘画中，对立面直接的并列就很清楚地表明了这样一种融合的主题。”㊁

㊀ 卡尔·古斯塔夫·荣格．荣格作品集第三卷［M］．张月译．南京：译林出版社，2014：939

㊁ 卡尔·古斯塔夫·荣格．荣格作品集第三卷［M］．张月译．南京：译林出版社，2014：942—943

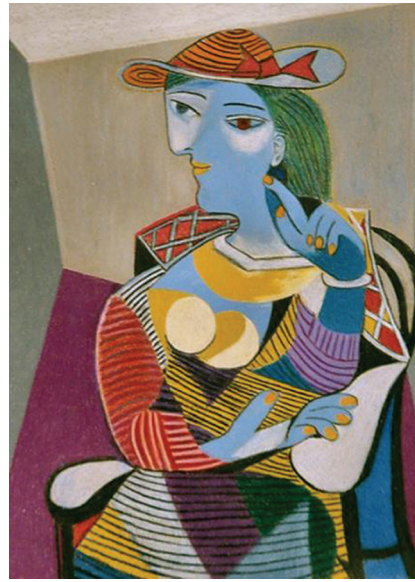


图 1－4　毕加索《坐着的女人》

图 1－5　毕加索《镜前的少女》

毕加索病后的作品《镜前的少女》《坐着的女人》，是这一时期的代表作。作品均体现出荣格所说的断裂特征和对融合的向往。

第三节　其他心理流派

与绘画艺术相关的心理学理论流派除了精神分析学和分析心理学之外，还有包括如行为主义取向、格式塔取向、人本取向，以及现代认知心理学的大脑偏侧化理论在内的众多理论取向。

一、 行为主义取向

1913 年，美国心理学家华生创立了行为主义心理学说。华生认为，心理学应该将能观察到的刺激和行为反应作为研究对象。而意识、心智等本身是看不见的、不可捉摸、难以证实的事物，因此无需去研究及理会。行为主义学派强调环境和教育对一个人的决定性作用。

行为主义强调强化和学习的重要性，艺术创作这种行为也不例外，同样是强化和学习的结果。美国行为主义心理学家斯金纳认为："艺术家在画布上涂颜料，他要么被结果所强化，要么正好相反。如果他被强化了，他会继续画下去。"[㊀]行为主义心理学理论取向指导的美术治疗，重

㊀ 艾伦·温诺. 创造的世界—艺术心理学［M］. 陶东风等译，台北：田园城市文化事业有限公司，1998：27.

视治疗目标的制定和靶行为，即明确界定预期要改变的行为，强调对创作过程的指导、对行为的塑造或修正与矫治、对积极行为予以表扬等强化，充分发挥示范和模范作用，注重效果的评估。[㊀]

二、 格式塔取向

格式塔心理学又称完型心理学，1912 年产生于德国。它强调了经验和行为的整体性，认为整体大于部分之和，主张以整体动力结构观来研究心理现象，而反对心理学中的元素主义，认为心理元素的分析并不能使我们了解整体的心理现象。

阿恩海姆是格式塔心理学的代表人物。他认为：物质与精神是统一的，个体可以通过精神力量来改善自身的生存状态，艺术对于人的精神世界的影响有重大的意义；艺术的内容和形式是统一的，艺术是作为整体向我们呈现和开放的，治疗师应把作品所展现的具体内容和抽象形式都看成是作者生存和行为方式的提示；艺术治疗中个体创作的艺术品越是描绘可信的现实和陈述自己的需求，治疗的效果就会越明显；艺术作为治疗的手段是源于病人的需要；艺术治疗的实践依靠两种人，即治疗师和艺术家。[㊁]

㊀ 邱鸿钟. 艺术心理评估与绘画治疗 [M]. 广州：广东高等教育出版社. 2014：68

㊁ 王楚云. 试论阿恩海姆的艺术治疗观 [J]. 南方论刊，2012（10）：53 + 48.

三、 大脑偏侧化理论

美国著名的神经生理学家斯佩里（Roger W. Sperry）借助实验发现，大脑左右两半球存在着明显的优势分工。右半球是图像性的，音乐、绘画、情绪等心理机能均在右半球的掌控之下；左半球则与象征性关系、抽象思维和对细节的逻辑分析有关。所以，当我们用语言来描述内心的情绪时，往往会出现“心里的感受无法用语言表达出来”的现象。而绘画则能够越过语言直接将内心中的情感表达出来，在处理一些情绪障碍和创伤等方面时就会取得较好的效果。因此，在矫治由不合理认知或信念所引起的心理疾病时采用以言语为中介的疗法是相对有效的，但在处理情绪困扰、创伤体验等心理问题时绘画疗法就更有效。[㊀]

四、 人本主义取向

人本主义理论于20世纪五六十年代在美国兴起，由美国心理学家马斯洛创立，代表人物还包括罗杰斯、罗洛·梅等。人本主义强调人的尊严、价值、自我选择、创造力，认为人有自我实现的能力。反对将人的心理低俗化、动物化的倾向。

㊀ 孙培. 绘画疗法促进幼儿心理健康发展的个案研究［D］. 济南：山东师范大学，2011.

当把人本主义的观点运用到绘画心理治疗上时，也强调在绘画这一过程中来访者自身的主动性和自我实现的能力，如绘画方案由咨访双方共同制定，更强调学习过程而不是学习内容，绘画过程可以是无结构的，可以从自由讨论开始。在评价环节，由来访者自身来评价自己的作品及创作过程等。

02

第二章

绘画心理分析相关概念

绘画心理分析，就是通过对绘画的分析来探索创作者的心理信息。我们可以从色彩的运用、空间的构造、绘画的内容、笔触的风格、绘画过程的特点和来访者自身感悟等方面，来分析挖掘创作者内在心理特质和心理状态，这一过程大多数时候是由咨询师和来访者共同进行的。

在心理咨询中，绘画心理分析能对咨询过程起到重要的推进作用，其中绘画的形式包括具象画、抽象画、不限定画等，就咨访双方互动的程度而言，绘画心理分析又可分为静态分析和动态分析这两种形式。在进行绘画心理分析时，需要依据一定的原则来进行。

第一节 绘画应用于心理健康的实践发展

随着弗洛伊德的精神分析学和荣格的分析心理学理论

的发展，人们越来越将绘画和心理联系在一起，认为从绘画中可以了解个体的心理状态和心理特质，此外，绘画过程对于心理也有一定的调适和治疗功能。前者是绘画心理分析，而后者就是绘画心理治疗。

在心理咨询的实践过程中二者并没有特别明确的界限，在绘画过程及分析过程之中，随着来访者对自身的领悟和整合，绘画心理分析本身就具有一定的调适和治疗作用。

一、 绘画心理治疗的发展

在弗洛伊德和荣格的理论影响下，20 世纪 40 年代开始，产生了两种不同的绘画治疗观点。

第一种是 20 世纪 40 年代美国精神分析学家玛格丽特·南伯格在工作实践中，开始使用“美术心理治疗”一词，这标志着美术治疗作为一种心理疗法的诞生。总的来说，实践方法具有以下特点：一，治疗目标是促使无意识成为意识；二，治疗过程侧重激发当事人自发的美术创作，并对作品展开自由联想；三，治疗者接受当事人所有的美术创作，围绕创作过程、作品与当事人进行象征性交流，并有效地处理移情问题。南伯格的方法主要基于弗洛伊德的无意识与压抑理论而形成，且很大程度上借用了精神分析疗法的理念与技巧。[㊀]

㊀ 周红. 美术治疗的发展：回顾与展望［J］. 华东师范大学学报（教育科学版），2014（01）：97－102.

第二种是20世纪50年代美国艺术家兼美术教师伊迪丝·克莱曼提出的“美术作为治疗”理念。和南伯格相比，克莱曼依据的是弗洛伊德的升华理论，认为美术行为本身就可以作为治疗的一种手段。具体操作中，克莱曼更注重来访者自身的力量，她认为在美术创作过程中，咨询师的角色在于促进来访者在美术创作过程中自身的升华。

这两种理念自提出以来，得到了来自世界各地的心理学家和教育工作者的广泛实践，相关的理念和技术也不断得到发展，在实践过程中，也涌现出两种理念融合或折衷的方法。

二、 绘画心理测验和分析的发展

1921年，伯特用“画人”的方法来考察儿童的智力水平；1925年，诺拉姆、路易斯和史腾对神经官能症病人的自由绘画进行了心理分析。1926年，古德伊纳夫尝试用画人的方法来测试孩子的智力，这是世界上第一种标准化的绘画测验，它很快传播开来，作为一种测量智力的方法被广泛使用。

20世纪40年代以来，越来越多的心理学家和教育工作者意识到，绘画可以看作是内部心理状态的视觉表征，通过绘画可以探索分析个体的心理状态，绘画投射测验作

为一种科学方法正式开始发展。

其中，巴克和哈姆尔的“房树人测验”是影响最为广泛的绘画投射测验。1948 年巴克首先开发了“房树人绘画投射测验”并将其运用于儿童心理评估，随后在 1969 年，巴克和哈姆尔又对“房树人测验”进行了评估方式和技术上的推进，使其更适用于临床。

1949 年，麦可福出版了《人物画的人格投射作用》，探讨人物画和人格特质、心理病理学关系的问题，画人测验的受测者已不限于儿童，在测验中将绘画者的心理冲突、防御机制等和人物画中的特定象征符号相联系，以临床观察的方式做出精神分析式的权威解释；同年，寇可开发了“树木人格投射测验”，以五岁至十六岁儿童及青少年为研究对象，用画面中特定特征出现的频率为观察指标进行测试的标准化，用以研究不同学龄期的发展特征并考察智力和心理疾病等相关问题；1968 年，科皮茨提出了儿童绘画发展的评分体系。

1931 年，阿佩尔在家庭研究方面引入了绘画；1942 年，沃尔夫在此方面又做了进一步研究；1951 年，赫斯提出了家庭图画的方法。20 世纪 70 年代以来，罗伯特·伯恩斯和哈佛德·考夫曼将动力元素引入绘画测验之中，并出现了“动态房树人绘画测验”等一系列的动态绘画测验技术。

第二节 绘画心理分析的作用

绘画心理分析作为一种投射性分析，具有语言和文字所发挥不了的作用和优势。

一、 适用面更广泛

绘画心理分析受来访者语言表达能力、认知能力等因素的影响较少。在心理咨询和人际交流中，都会遇到有特殊状况的个体——如低龄儿童的语言能力尚未发展完善，老年人的器质性病变导致思维迟缓和语意不清，抑郁症个体的沉默寡言，精神病个体思维发散、思维破裂导致表达缺乏逻辑，不同国家民族环境中成长的个体关于同一事物的观念性误解等——与这些个体在进行心理咨询甚至日常交往的时候，语言经常成为双方的障碍。而绘画心理分析则绕过了语言或文字表达，让个体直接通过绘画这种简单易操作的方式来表达自我。因此，无论是心理咨询还是日常交往，绘画经常比语言和文字的适用面更加广泛。

二、 信息含量更大

语言反映出的往往是意识层面的信息，根据精神分析学派的理论，意识无时无刻不对潜意识进行着监督和审查，以防止不符合社会规范和个人原则的信息进入到意识

层面中来。在心理咨询中，如果来访者的心理防御机制过强，则其在语言信息上所反映出来的信息就是有限的。而绘画往往可以巧妙地绕开意识的监督和审查，绕开心理防御机制，而将来访者的潜意识信息展现在纸面上，在纸面上所获得的信息往往比来访者语言中表达出来的信息要更加全面和深入，咨询师所能把握的信息量也更大。

根据大脑偏侧化理论，右脑掌控音乐、绘画、情绪，左脑则掌控逻辑分析等。因此每当我们用语言来描述内心的情绪，或用逻辑来分析感觉，往往会词不达意，力所不逮。而绘画能够越过语言，直接将内心中的情感充分表达出来，这一点无论是在心理咨询还是在日常人际沟通中人们都有一定的体会。

三、 治疗作用

根据伊迪丝·克莱曼的“美术作为治疗”理念，美术行为本身就具有一定程度的治疗作用。而根据本书作者在中央美术学院学生中进行的相关研究表明，在美术类大学生中，从事油画、雕塑、壁画等纯艺术类造型专业的学生，其整体心理健康程度要好于人文类专业和设计类专业的学生，这从一定程度上支持了“美术作为治疗”的理念。所以，在心理咨询过程中，绘画心理分析和绘画心理治疗往往是同时进行的，没有明确的界限；在日常生活中，自发的美术创作也能有效保障个体的心理健康。

根据大脑偏侧化理论，认知和信念等由左脑掌控，而情绪由右脑掌控，因此，在矫治由不合理认知或信念所引起的心理疾病时采用以言语为中介的疗法是相对有效的，但在处理情绪困扰、创伤体验等心理问题时就需要采用绘画疗法了。[㊀]

第三节 绘画的形式

在心理咨询中常用的绘画有三种形式，这三种形式在绘画操作上各有特点，对各自特点进行归纳之后，可分别称为：具象画、抽象画、不限定画。

一、 具象画——主题明确，形象具体

具象画中，咨询师给来访者规定绘画主题，并且绘画的内容必须是相对真实的具体实物。这类绘画分析的常用形式有“房树人测验”、画人测验、风景绘画等。

在这类绘画中，来访者不但要呈现出相对清晰的主题，还要呈现出相对真实的实物。比如，“房树人测验”的指导语会告知来访者此次绘画的主题是“房子、树木、人”，来访者要将这个主题呈现在画纸上；其次，画房子、树木、人的时候，三者的形象要和现实中的房子、树木、人

㊀ 孙培. 绘画疗法促进幼儿心理健康发展的个案研究［D］. 济南：山东师范大学，2011.

大致类似，不能用抽象的图形来代替房子、树木、人等元素。

图 2－1　具象画《房树人》

二、 抽象画——主题明确，形象抽象

在抽象画中，咨询师给来访者规定绘画主题，但是绘画的内容是相对抽象的。

比如，在以“我”为主题的绘画中，咨询师要求来访者：在纸上用一个抽象的形象，来代表“我”，这个形象可以是任意图形、任意色彩、任意线条，也可以是任意图形、色彩、线条的叠加，只要你认为这个图形能描绘出你此时此刻的状态。

在以“我的人际关系”为主题的绘画中，咨询师要求来访者：在纸上用任意数量的抽象形象，来代表“我的人

际关系”，这些形象可以是任意图形、任意色彩、任意线条，也可以是任意图形、色彩、线条的叠加，只要你认为这些图形能描绘出你的人际关系网络。

在这类绘画中，来访者需要呈现出相对清晰的主题，但没必要呈现出相对真实的实物，可用抽象的形象来代替实物。

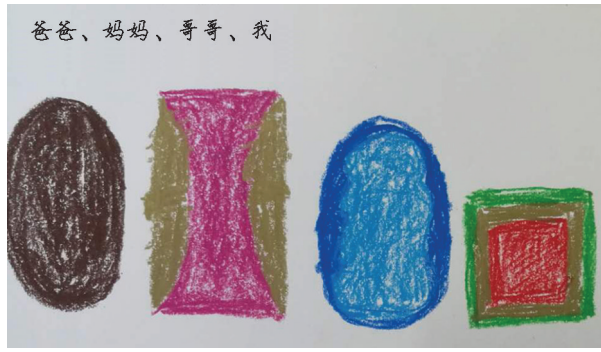


图 2－2　抽象画《我和我的家人》

三、 不限定画——不限定绘画主题和表现形式

无论是具象画还是抽象画，咨询师都给来访者规定了一个绘画的主题和表现形式。而在不限定画中，咨询师没有给来访者规定绘画主题和抽象程度。画什么内容，想以怎样的方式来呈现，由来访者自己决定。也就是说，来访者可以在纸上任意涂鸦和自由作画。在创作结束之后，咨询师可让来访者为作品命名。

咨询师使用来访者的涂鸦、自由绘画，通过分析画面的色彩、构图、笔触特征、画面内容等各种特点，来探索来访者的各类心理特质。

如图 2－3 所示，本图是来访者在绘画心理工作坊中的涂鸦作品，绘画完成之后，来访者给本图命名为《我的负面情绪》。

图 2－3　不限定画《我的负面情绪》

根据三类画作主题和抽象程度的不同，在绘画心理分析时侧重使用的方法也有所不同。对于具象画，如“房树人测验”、画人测验等，在绘画内容上相对明确，并且存在经过前人实践中所总结的相对适用的分析参考标准，因此在进行分析时内容信息所提供的线索较多；反之，抽象的画作如涂鸦等，画面往往由不规则图形或线条组成，此

时从直观上无法把握画面内容信息，就应更注重于对于色彩、笔触、构图等信息的分析。

此外，在给美术类大学生做绘画心理分析时，有时作品并非在心理咨询室内完成，而是由来访者根据自身的不同状态，选择了部分能够代表自身状态或特质的课堂或写生绘画作业或自发创作的作品，在心理咨询的过程中进行心理分析；在儿童绘画分析中，很多儿童由于自身兴趣所创作的绘画也并非在指导下完成的，而是随着个人兴趣自发创作而成。这类自发创作的作品，可能是具象的，也可能是抽象的，有些有主题，有些没有主题，在分析这类自发创作的作品时，往往画面的某个构成维度如色彩数量、绘画内容等方面受到了客观条件的限制，此时咨询师或分析者就要根据其他画面特点灵活处理，在分析的时候，也更应该通过动态互动的方式引导来访者自身的觉察和感悟。

第四节 绘画心理分析的种类

本书作者根据心理咨询过程中咨询师和绘画者间互动程度的不同，将绘画心理分析分为静态分析和动态分析两种类型，在大多数绘画心理分析中，静态分析和动态分析是相辅相成、同时进行、互相补充的。其中，静态分析的主体是咨询师，主要是咨询师根据画面信息，

通过分析参考标准和自身的知识感受等，对来访者的画面做出推测性质的分析；而动态分析的主体是来访者本身，主要是来访者根据自身对于画面及绘画过程的感受、记忆、联想、情绪等，来对自身的潜意识主动地进行关注和觉察。

一、 静态分析

静态分析是咨询师根据绘画作品画面本身的信息，通过已有的分析标准并结合自身的实践评估，对来访者的画作做出推测性的分析。在个体心理咨询实践过程中，静态分析需结合来访者前期资料，与动态分析一同进行。在静态分析中，我们所需要把握的内容包括色彩、构图、元素、内容等。如这幅画画的是什么、画面的整体色彩是什么、画面的内容包含了哪些元素、每个元素都用什么色彩来表达、每个元素的大小，以及描绘某个元素时有哪些独特的细节等。静态分析的主体是咨询师。

静态分析是基于荣格的集体无意识理论进行的。荣格认为集体无意识反映了人类在进化过程中累积的经验，是人格最有力量、最为深刻的组成部分。这个部分主要来自于遗传和种族的历史，包括生物性的信息，以及原始的生存环境、神话、宗教、文化等信息，是人类在漫长的进化以及发展过程中积累而来的。集体无意识的主要内容是由各种“原型”组成的。原型是一种本原的模型，其他各种存在都是根据这个模型而拼接成型的。

因此，从这个角度来说，静态分析就是通过分析集体无意识的原型的意向在艺术作品中的反应，来考察绘画者的心理状态和心理特质，在分析的时候，更多地参考相对标准化的分析模式。

比如，对于大多数人来说，黑色代表着死亡、压抑；红色代表着热情、动力；上部的空间代表着精神和想象力；下部的空间代表物质和安全感；长线条代表着内敛、控制；短线条代表着焦虑、失控；树木画中的树干代表着个体成长的历程；动物画中的各种动物，植物画中的各种草木花卉，甚至抽象的图形等也有其集体潜意识层面的象征含义。这种原型的象征意义，在人类社会生活的原型与象征的探究中，都有一定的规律可循。在静态分析中，我们会更多地参考这些规律。

在第三章中，有关静态分析会有详细的论述，作者将根据在心理咨询和工作坊中的经验及前人已有的实践标准，从色彩、构图、内容、笔触等方面总结出适合一般情况的静态分析参考表。

二、 动态分析

动态分析，是指对绘画者创作过程特点，以及对作画状态的分析及感悟。就创作过程而言，我们要把握的因素包括绘画者创作的时间、顺序、停顿、涂改、推翻重画等细节；就作画状态而言，我们需要了解绘画者在创作时整体的，或者在创作局部内容时的感受、联想、情绪、个体

意义等信息。

如果说静态分析的主体是咨询师，那么动态分析的主体则是来访者本身，需要来访者在咨询师的引导下对自身的潜意识主动地进行关注和觉察。

动态分析主要是基于荣格的个体无意识和情结理论，以及弗洛伊德的压抑及升华理论等。根据弗洛伊德的理论，我们可以认为艺术创作的过程是潜意识进入意识的过程，是被压抑的本能的投射及升华的过程。而根据荣格的理论，每个个体都有属于自身的情结，并在潜意识中对个体的情绪和行为发生着作用。心理咨询和心理治疗的目的就是帮助来访者去关注、觉察自身的情结。当情结得到充分的关注时，情结对个体的负面影响就会逐渐减弱。无论是被压抑的本能的投射、升华，还是个体自身情结在画面上的反映，通过动态分析，咨询师都可以引导来访者对其画面所反映出的潜意识信息进行深入的觉察和体验，在来访者开始关注到自身情结的时候，心理和行为状态就会开始往好的方向发展，因此，从这个角度来说，动态分析本身也具有一定的心理调适作用。

动态分析的方法借鉴了精神分析学和分析心理学的各种经典的技术和方法，如词语联想技术、自由联想法、直接联想法等，帮助来访者去充分觉察和关注自身的潜意识信息。在心理咨询实践过程中，本书作者将以上技术方法进行了实践上的改进和融合，使其更符合绘画心

理分析的实际特点，包括特征词联想技术、画面联想技术等。

本书第四章将会结合案例对这些方法技术进行深入的介绍。

第五节 绘画分析的原则

在绘画心理分析过程中，为了充分尊重来访者的主体性，并表达对来访者无条件的接纳、尊重和支持鼓励，咨询师需要注意掌握一定的绘画分析原则，具体包括“动静结合”“由远及近”“少评价、多觉察”“正向积极”等。

一、 动静结合原则

在静态分析中，咨询师要充分把握静态画面本身所传递的信息，如色彩、构图、内容、笔触等信息；在动态分析中，绘画结束后，咨询师要和绘画者充分沟通，了解绘画者在绘画过程中的感受、记忆、联想、情绪等信息，并了解绘画内容对个体的主观意义等；当静态信息和动态信息产生矛盾的时候，往往涉及到的有关个人情结的关键要素。在有条件的情况下，咨询师还要对绘画者的作画过程进行全程把握，如了解来访者作画的整体时间、在某些元素上有没有耗时过长或过短，以及在绘画过程中的停顿、

涂改、重画等细节。

二、 由远及近原则

在静态分析中，由远及近原则指分析顺序是以色彩、构图、内容、笔触为序进行的。当画面离人的眼睛最远时候，我们只能辨别整体色彩，而对构图、内容、笔触均看不清；当距离略近一些时，我们能辨别出构图；再近一些时，能辨别出内容；最近的时候，能分辨出笔触。这也是我们进行静态分析时大致遵循的顺序。

根据本书作者的实践经验，越近距离才能把握的元素，越有可能反映出越深层次的心理信息。

三、 少评价、多觉察原则

作为心理咨询技法的一种，很多时候，绘画心理分析是协助我们在心理咨询中促进咨访关系和咨询进程的一种方式，因此，和通常的心理咨询工作原则一样，咨询师应尽量避免使用评价性、定义性的语言，多引导绘画者本身的自我觉察和自我体验。但有时候，咨询师又不得不向来访者解释绘画分析的结论。所以在绘画咨询中，咨询师要拿捏好分寸，既要让绘画者对自我的状态和情绪有所觉察，又不能让绘画者产生被窥视感而对咨询过程产生负面影响。

四、 正向积极原则

绘画心理分析和心理咨询一样，我们要表达对来访者的接纳、鼓励和无条件的关心。因此，在我们有必要对来访者解释绘画分析的结论的时候，应多使用正向积极的语言。如画面被画纸的上边缘切断，我们不应解释为“你行动力弱，常常沉浸在不切实际的幻想之中，追求的目标不现实”；而应该解释为“你的想象力丰富，常停留在自己的想象中，应该继续增强行动力，确立更现实、可实现的目标”。通过正向积极的语言，对绘画者进行积极的肯定和暗示，才能更有效地促进绘画者的自我成长。

03

第三章

静态分析

静态分析主要基于荣格的集体无意识理论，咨询师根据绘画作品画作本身，使用包括色彩、构图、内容、笔触等四个维度的信息，通过已有的标准和自身实践工作的总结等，对来访者的画作做出推测性的分析。在色彩、构图、内容、笔触这四个维度中，色彩维度包括色调、纯度、明度、数量四个方面；构图维度包括位置、距离、大小三个方面；内容维度包括人物、动物、植物、景观、抽象图形五个方面；笔触包括规则、力度、形态三个方面。在这四个大维度和各个小方面上，除了理论说明之外，本章均配备了详细的图表参考及案例分析以供读者在实践中参考。

第一节 静态分析要点

在对画面进行静态分析的时候要遵循一定的步骤和原则。本书作者在长期实践中，总结出的分析要点主要

包括静态分析的分析顺序、分析层面、分析原则三个方面。

一、 分析顺序

在静态绘画分析中对色彩、构图、内容、笔触这四个维度，本书作者一般采取“由远及近”的顺序来分析画作。打一个比方，当一幅画距离我们10米远的时候，我们可能只能大致地辨别色彩，但无法辨别构图、内容和笔触；当这幅画稍近一些，离我们6米远时，我们除了能辨别色彩之外，也能辨别画面的构图；当画面离我们3米远时，我们可以看清楚画面的内容，也就是画得是什么；当画面离我们很近时，我们能够辨别画面的笔触的力度、秩序、形态等信息。

因此，由远及近的画面元素分析顺序是：色彩—构图—内容—笔触。在实践中发现，越是近距离才能把握的因素，一方面越有可能反映出个体越深层次的心理状态和心理特质，另一方面也越有可能反映出越亲近的人际关系的状态。比如，在色彩这一最远距离因素上，作品的色彩反映出个体对情绪的控制力较强，但是笔触这一最近距离因素却反映出情绪上的不可控，这看似是矛盾的。但是如果深入挖掘就会发现，个体在与老师、同学，甚至陌生人相处的时候表现出情绪稳定和平和，但是在亲密关系中如和父母的关系、和恋人的关系上，却表现出难以控制情绪

的特点。在与老师、同学、陌生人交往时，个体有意识地控制自身的情绪，而在和父母、恋人交往时，在亲密的氛围中，意识层面在一定程度上放松了对潜意识的监控，此时就会表现出情绪中不可控的一面。

二、 分析层面

分析层面又包括了两个方面：原型象征层面、主客观层面。

（一）原型象征层面

同一个事物可能有着不同的象征意义，分析工作需要结合来访者的前期资料进行。

在下文中所列的绘画心理分析的原型参考表中，每一种绘画元素，都对应了不止一种的原型象征意义。比如，在色彩色调参考表中，每一种色调，都对应了好几种原型意义，红色可对应“生命力、热情”，也可对应“焦躁”等。因此，在具体实践过程中，咨询师要根据来访者的前期资料，来综合确定反映来访者心理状态和心理特质的潜意识信息。比如，来访者在面询中表现出了明显的焦虑倾向，则大面积的红色象征着焦虑和紧张的可能性更大一些；如果来访者是活泼好动的儿童，那么大面积的红色更可能象征着热情和生命力。

（二）主客观层面

荣格在有关释梦的作品中曾经表示：释梦可从主观

和客观两个层面进行。如某人梦见自己的妻子，那么也许梦确实反映了夫妻间的某种关系，同时，从主观层面上也可认为，梦境是他内心的表达。妻子这一形象象征着内心的亲密关系、密友、权威人物等。例如，某人梦见自己正要与未婚妻拥抱时，有人敲门，她去开门后即与那人闲聊起来，他为此恼怒不已。在客观层面上，梦预示着他与未婚妻关系不睦；但在主观层面上解释，梦境中的未婚妻象征他内心的女性成分（阿尼玛），梦境象征他内心的男性成分与女性成分不能和谐，表明他为人处事上缺乏与人相处的技巧，难与人深交。从上述例子可以看到，基于不同层次对梦的理解，可导致不同的解释，同时也可产生不同的结果。上述例子若从客观层面解释，就很可能把关系不睦的责任归罪于女方；而从主观层面解释，就能促进当事人改进自己与人相处的能力。[㊀]

这种主观和客观层面的双重分析，不仅适用于释梦，也适用于绘画心理分析。比如，在绘画中，来访者用象征着死亡、压抑的黑色，来描绘其所在的环境，那么在客观层面上，作品象征着其所在环境的恶劣；在主观层面上，则象征着其内心中对内和对外的成分的相互冲突与不和谐。

㊀ 李鸣．荣格的分析性心理治疗（下）[J]．临床精神医学杂志，2000（02）：112－113．

三、 适用条件

静态分析是带有咨询师主观推测性质的，往往只适用于一般性和普遍性的情况，对于个体分析而言缺少科学和量化的标准，所以一般不单独使用。在实践过程中，除了结合前期资料、相关标准之外，其所承担的更重要的角色是配合动态分析中来访者自身的体验和联想来提供参考。

然而，有时也不得不单独使用静态分析来诠释绘画，这主要发生在绘画者语言表达功能受限的情况下。绘画者无法用语言清晰地表达自我意识和情绪感受，只能运用画面静态信息来对其情绪状态做出推测性的分析。例如，低龄儿童的语言功能未发育完善，一些绘画者患有各种器质性或功能性疾病导致语言交流有障碍等。此外，在分析名家绘画时，有时也会基于集体无意识理论，根据作者的绘画风格特点来对作者的心理状态和心理特质等做出一般性的分析和推测。

在心理咨询实践中，单独使用静态分析对来访者心理状态和心理特质进行推测的情况很少出现，只有在极端的情况下，如来访者无法和咨询师顺利交流的情况下才有例外。比如初次面询中，疑似重度抑郁症个体无力用语言来交流沟通，却愿意使用绘画这种安静而不被打扰的方式来沟通；疑似精神分裂症导致的思维破裂也可能使个体无法用清晰的语言来表达自我。在这类情况下，咨询师可结合

来访者的前期资料，对来访者的静态画面做出评估性质的分析推测，以为下一步的转介或干预工作提供参考。

第二节 绘画色彩分析

色彩是一幅画的最基本的要素，当一幅画离得较远的时候，我们可能无法清楚地分辨其画面内容，但是对画面的色彩却会有直观的感知。在绘画心理分析时，色彩作为一幅画最直观、最直接的画面特征值得我们进行分析和探讨。

一、 色彩对人的影响

色彩每天都对人的情绪状态，甚至个性特征产生着或多或少、潜移默化的影响。经常接触某种色彩，在不知不觉当中，可以对人的认知、情绪、意向甚至个性产生微妙而持续的作用。从下面这个小故事中，我们可以一起来看看色彩是如何影响人们的。

在英国伦敦的泰晤士河上，有很多造型优美、艺术风格迥异的大桥，这些大桥就像一条条美丽的珍珠项链，为泰晤士河增添了各式各样的风情。然而，其中有一座叫做波利菲尔的大桥，在很长一段时间内，却和“鬼故事”联系在一起。原因是，每年有很多人，都会选择在波利菲尔大桥上跳

桥自杀。自杀者的数目太多，一时间人心惶惶，人们纷纷传言这座桥上有鬼魂。当时的政府也拿这座桥没有办法，便请来了英国皇家医学院的普利森博士调查分析原因。普利森经过长期调查，得出这样一个结论——问题出在了桥身的颜色上。他认为，波利菲尔大桥的桥身为黑色。和其他色彩相比，黑色更容易让人产生悲观、压抑的感觉和情绪。原本就有抑郁倾向的人，在特定的时间和心境下，在这座通体黑色的桥上行走时，会进一步引发抑郁情绪甚至产生轻生想法。普利森建议当局将大桥的颜色改为象征生命和活力的绿色。当局采纳了他的建议，将桥身主体改为绿色。令人难以置信的作用出现了，当年跳桥自杀的人数就减少了50%以上。

在生活中，色彩对我们的影响还体现在方方面面，最常见的就是餐饮领域。心理学研究发现，红色、黄色、橙色等色彩对人有特殊作用：其一，这些颜色对人们的食欲有明显的刺激和促进作用；其二，这些颜色代表活力和速度，也会提高人们做事情的效率；其三，长时间待在以这些颜色为主色调的环境中，会让人感到烦躁不安。所以，很多快餐店聪明地运用了“色彩的魔力”来装修店面。当人们处于以红色、橙色、黄色为主色调的餐厅时，首先，往往会胃口大开，不知不觉间点的菜会比平常要多；其次，做事的效率大大提高，不知不觉间加快用餐速度；最后，会很容易感到烦躁，因此不会在座位上待得太久，能

够让下一位顾客相对容易地找到座位，增加了店内的客流量和收入。所以，在这类餐厅吃饭时，我们为了自己的钱包和体重，一定要不断提醒自己——不要受到“色彩魔力”的影响，点餐的时候尽量控制自己选择适量的食物。

人的心理活动，如情绪、记忆等，往往能和某种色彩相联系。比如，通常情况下，在中国文化中，红色代表着喜气洋洋，这种记忆和情绪经过长时间的潜移默化，会内化到人们的心理状态和心理特质中，红色因此成为我们潜意识中象征“喜悦”的色彩。在绘画过程中，创作者为表达快乐、喜悦的情绪，往往会无意识地选择运用红色来投射。

然而，对同一种色彩的投射又是因人而异的，比如，虽然红色在很多人心目中代表喜悦，但是在有晕血症，或经历过灾难创伤的人心目中，红色却可能代表着“危险”和“血腥”。因此，画面中虽然同样包含着红色，传递出的信息又可能是不同的。

咨询师帮助来访者找到色彩的象征含义，然后再通过画面色彩的分析，就可以分析出作者的心理色彩，并进一步分析推测作者的心理状态。

二、绘画色彩四要素

在绘画心理分析中，作品色彩的色调、纯度、明度、数量这四大因素，统称为绘画色彩分析四要素。

无论什么色彩，都具备三个重要的维度：色调、纯度

和明度，色彩的这三个特性，是色彩的三个最重要的属性。又称为“色彩三要素”，色彩三要素之间是相互影响、相互制约的。

色调，即是色光的频率，是区别不同色彩的最基本的标准。在自然界中，不同频率的光，由于其波长不同，在人类的视觉系统中所展现出的色调就是不同的。如，在可见光的范围内，红光的波长最长，为605～700纳米，凡是波长在605～700纳米的光，呈现在人类的视觉系统中就是红色；紫光的波长最短，为400～435纳米，这一范围内不同波长的光，在人类的眼睛中感受到的就都是紫色。

色彩的饱和度是指色彩的纯度，也就是色彩的鲜艳程度，比如在红色的颜料中，加入黑、白、灰等其他颜色，红色的饱和度就会下降，在我们的眼睛里看来，这种红色的鲜艳程度就下降了。

色彩的明度是指色彩的明暗程度，这是由于物体对光的反射率不同而造成的，不同的颜色可能具有不同的明度，例如，黄色、红色等暖色调，其明度就比蓝色、黑色等冷色调要高。此外，在同一种色调中，明度也有变化，比如，在红色中，就有深红、暗红、大红、鲜红等不同明度的红色。

在绘画心理分析中，色调、纯度、明度这三个色彩的重要属性，也是心理分析的重要维度。

除了这三个维度之外，画面中色彩运用的多寡，也在

某种程度上反映出来访者的心理特质或心理状态。

以上四点统称为绘画色彩分析四要素。

三、 基于原型的色彩象征意义

荣格认为："人生中有多少典型情境就有多少原型，这些经验由于不断重复而被深深地镂刻在我们的心理结构之中。这种镂刻，不是以充满内容的意象形式，而是最初作为没有内容的形式，它所代表的不过是某种类型的知觉和行为的可能性而已"。[㊀]

从古至今，色彩都是人们每天能接触到的最重要的视觉信息之一，在人类漫长的进化和发展过程中，色彩作为一种经验，被内化成为了人类集体无意识中的原型。因而，从远古时代开始，在和认知、情绪、意向等一系列心理过程的互动中，象征着不同事物的色彩，逐渐内化成了人类的集体无意识经验，成为人类集体无意识中的色彩原型。和其他原型象征一样，色彩原型也通过集体无意识影响着人类整体的感觉、知觉、思维、记忆、情绪、行为等一系列心理过程。此外，随着人类整体的进化和发展，色彩原型也在不断地变化和进化。

色彩原型可以分为生物性色彩原型和文化性色彩原型。当人类的大脑发展还很落后，逻辑推理和思维能力还没有

㊀ 荣格. 荣格文集［M］. 冯川，苏克，译. 北京：改革出版社，1997，卷九，一分册：97，48

得到发展时，原始人类对色彩的感知仅凭眼睛的观察体验，以生物的本能应激反应了解色彩、认识色彩，因而形成对整个世界的原始感知，此阶段生成的色彩原型具有生物性和原始感知性，诸如红色、黑色、绿色和黄色等色调较为重要；当人类的认知水平发展到一定阶段，逻辑思维得到发展时，人类对色彩的认知带有一定的文化因素，从精神和心理角度不同程度地影响人类的认知发展。[㊀]

（一）生物性色彩原型

红色是三原色的一种，也是人们所认识到的最古老的色彩之一。生理上，人类和大多数动物的血液都是红色的。当个体气血充足的时候生命力就会旺盛；而当年老体衰或受伤的时候，气血不足的个体就会虚弱无力，失去了血液的人或动物就会面临着死亡的威胁。从这个角度来说，红色象征着生命、热量、活力。此外，在原始人类社会，红色的火焰可以制造热量，带来温暖，还可以驱散猛兽，创造夜晚的光明，并且可以将食物加热变熟，让食物对于人类来说变得更加可口、好消化，保证人体的健康和活力。火焰的这些功能让人们的生命力和适应性都更加强大。无论是血液还是火焰，都是原始人类每天的日常生活中所能接触到的，而血液和火焰的颜色——红色，也逐渐内化成了人类的集体无意识经验而成为了一种色彩原型。

㊀ 王琳．色彩原型的生成与进化［J］．中外企业家，2010（14）：132－133.

这个原型在我们每个人的身上都有展现。无论是哪种文化中的个体，在集体无意识中，红色都是象征着生命力、行动力、热情、温暖的色彩，有很强的视觉冲击力。一般来说，喜欢红色的人，大多精力旺盛，行动力较强，但有时会有冲动的倾向。而讨厌红色的人，很多是因为处于停滞不前，又没有明确目标的阶段，因而会对这种代表行动力的颜色产生反感和抵触。

红色意味着活力和行动力，因此，从某种程度上来说，红色能提高人的紧张感，能刺激人们的紧张情绪，让人们更加清醒，顺利进入工作状态和提高效率。这就是为什么世界各地很多咖啡品牌的包装中，除了咖啡色以外，不约而同地也会掺杂着红色。因为这种包装会给人们一种“提神醒脑”的感觉。因此，希望提高工作效率的人们，不妨在办公桌上放上些红色的办公用具或装饰品等。同时，如果本身患有睡眠障碍，因焦虑而不能入睡的朋友们，则最好不要在卧室中大面积运用红色。

黑色作为明度最低的色彩，也是原始人类每天都打交道的色彩之一 。对黑暗的恐惧是人类的原始恐惧之一。在原始社会，黑暗的夜晚往往代表着危险、恐惧、寒冷，在夜晚人们的视觉受到了限制，人们也需要在夜晚睡眠，因此在夜晚人们对于猛兽袭击和其他灾难的防备能力要大大降低；同时，由于夜晚没有阳光，人们往往要忍受低温寒冷，这些都会对人类的生命造成威胁。加之无论是人类还是动植物，死亡腐

烂或是烧焦之后呈现的都是阴暗的黑色，植物的枝叶衰败之后的色彩也是黑色。此外，由于黑色是收缩色，所以和浅色物体相比，黑色的物体看起来比实际的重量要沉重。所以，如果红色原型象征生命和热情，那么黑色原型与其相反，象征着恐惧、未知、寒冷、死亡、衰败、结束、沉重等。

同样，这种原始时代以来所形成的集体无意识中黑色原型，现在依然在世界各地人们的集体无意识中发挥着作用。在很多国家和民族的文化层面，黑色都象征着沉重、阴暗，代表着让人厌烦、禁忌的事物，很多国家和民族葬礼上的服饰穿戴也倾向于使用黑色。同时，由于象征着稳重和隐藏，黑色也有了稳重、冷酷、神秘等意义。有很多喜欢黑色的人，大多为人精明干练、稳重而理性，或者有逃避、隐藏自己，让自己显得很神秘的倾向。

如果说黑色代表了夜晚的黑暗，那么白色就代表了白昼的光明。在白昼，人们的视觉活动没有受到限制，安全性和自由性大大提高，在白天人们更容易感到轻松、愉快，也更容易变得积极乐观。

在所有色彩中，白色的明度最强，黑色的明度最低。因此，在色彩的混合中，加入黑色的成分越多，明度越低，该色彩给人带来的心理感受就越接近黑色；同样，加入白色的成分越多，明度越高，该色彩给人带来的心理感受就更多地融入了白色的心理象征。

在四季分明的原始社会，春天和夏天的大自然往往到处

都是欣欣向荣的绿色森林和植被，而被绿色森林和草地覆盖的春夏时节，是温暖、雨水和食物较为充足、空气也较为清新的季节。因此，在人们的集体潜意识中，绿色象征着树木、生命、清新、希望等，是一种最贴近大自然的颜色，代表着生机勃勃、放松。一般来说，喜欢绿色的人，大多为人低调、安静踏实，人际关系较好。而讨厌绿色的人，很多正处于孤独、担忧的阶段。

黄色是热烈、成熟、丰收的色彩。黄色最初象征着太阳，代表着灿烂和热烈，但在夏天，过于毒辣的太阳也会让人产生焦躁、不安的感受。因此，金黄色在原始人类的原型中，象征着热烈、灿烂、成熟、丰收，同时也有焦躁、不安、危险等负面象征意义。喜欢黄色的人，大多性格幽默、开朗，口才好，喜欢各种新鲜事物，并具备成功的能力和推动力；而讨厌黄色的人，很多都较为保守、遵守规则。

生物性色彩原型有时会通过相反的方式表现出来。比如，在现实生活中，有一种有趣的现象就是：蓝色能有效地抑制人的胃口。这是因为，自然界中，很少有新鲜、健康的天然食物是蓝色的，因此在人们的集体无意识中，蓝色是一种和食物“没有关联”的颜色。所以人们在看到蓝色食物的时候，下意识就会产生排斥的心理，进而将这种食物和变质、不新鲜、毒素等联系起来。现在网络上有很多“黑暗料理”图片都被处理成蓝色系，当人们看到这种

被处理过的图片时，因为蓝色和我们集体无意识中的食物没有关联，因此胃口可以被有效抑制。所以，我们可以巧妙地运用蓝色来控制食欲以达到减肥的目标。处于减肥阶段的人们，不妨尝试将家里的餐桌布、食物器皿等换成蓝色，可以有效地控制胃口。

这一系列色彩原型均是生物性的，来源于从原始时代开始人类种族对生活中各种事物的直接经验和觉知，这些直接的经验和觉知不断地随着人类的进化而发展，因此，这些色彩原型是生物发展历程的产物。

（二）文化性色彩原型

随着人类不断发展，大脑不断进化，人类的感知水平、思维能力、语言能力不断发展和提高，在生物性色彩原型的基础上，又产生了文化性色彩原型。

如前文所说，在原始人类心目中象征着恐惧、未知、寒冷、衰败的黑色，随着人类文化发展，逐渐有了更多正面的象征意义。近年来，越来越多的人认识到黑色的服饰可以让人看起来更苗条，且黑色在服装配色中比较百搭，适合衬托其他色彩，比较低调而不引人注目，因此，随着文化的发展，黑色逐渐有了“华丽的低调”等象征意义。

同样，黄色最初的象征是热烈、灿烂、焦躁、不安等，但随着农业社会的发展，人们经过了春天的播种之后，也秋天作物成熟，又迎来了收获的季节，田地里到处都是金

灿灿的成熟的稻谷或小麦，给人们带来了丰收的喜悦，因此，黄色又有了成熟、果实等象征意义。此外，随着商品经济的发展，贵金属——黄金对人们的社会生活和阶级地位产生了越来越大的影响，黄色又有了财富、尊贵等象征意义。

蓝色是天空的色彩，代表着人类无法认知的神秘和永恒，随着人类文化和精神信仰的发展，天空的蓝色和人类所崇拜的“天堂”相联系，蓝色被赋予了安宁、平静、神圣、灵魂等象征意义。除了天空之外，蓝色原型还象征着海洋，象征着和谐、宽松、广大的感觉，同时也有着海水的冰凉，在广大的海洋中漂泊着的无依无靠，因此也有着抑郁、伤感、冷淡等负面象征意义。此外，随着制造业的发展，人们从植物的汁液中提取了染料用于器具和服饰的描画和装饰，最初提取的颜料中就有蓝色，因此蓝色也象征着文明。喜欢蓝色的人，大多较为谨慎，严格遵守社会规则，有较强的团队协调能力，喜欢独处；而不喜欢蓝色的人，可能正经历着或曾经经历过巨大的失败和痛苦。

和蓝色原型一样，白色原型同样被人们赋予浓厚的文化内涵。白色最初是雪花的色彩，雪花也是来自天空的，因此也具有神圣的含义。同时，下雪的时候，原本肮脏杂乱的自然环境，会变得干净整洁。因此，随着人类文化的发展，白色有了纯洁、神圣的象征意义，代表

着神性、理想的感觉，也有空虚、茫然等负面象征意义。喜欢白色的人，大多理想远大，努力认真。有责任感，深受他人的信赖；而不喜欢白色的人，可能是因为白色与其文化中的禁忌相关，或会让其想起以前曾经引起负面情绪的经历。

不同物种对于色彩的感受是不同的。人类是智慧的物种，随着人类漫长的在生物层面的进化，大脑、神经系统以及各个感觉器官功能不断地进化和完善，人类的感觉能力、思维能力、语言能力、记忆能力都在不断地进化和完善。人类在有了文明之后，又有了不同于其他物种的宝贵的精神文化财富。在人类生物进化和文明发展的漫长岁月中，每天都在和生活中各式各样五彩斑斓的事物打交道，在互动中形成了有关这些事物的心理体验，这种心理体验经过生物遗传和社会交流互动等方式进入了人类的集体无意识中，影响着人类个体对于色彩的心理感受和体验。

四、 色彩使用参考标准

（一）色彩色调分析

在自然界中，有着 10 种基本色调，分别是红色、橙色、黄色、绿色、蓝色、紫色、黑色、白色、灰色、棕色。每一种色调都有着某几类原型意义。在绘画心理分析中，熟练地掌握每种基本色调所代表的原型意义，有助于我们对画面心理意义的整体把握。

表 3－1　色调象征参考表

色调	象　征	儿童绘画分析参考㊀	成人绘画分析参考㊁
红色	生命力、行动力；温暖、热情；危险、警戒；吉祥、年轻、美丽；暴力、血腥、恐怖	6 岁以前的孩子只使用红色是正常的 6 岁以后在画面中过多地使用红色可能反映出暴力倾向和自我情绪的不可控	画面中大面积偏好红色，往往意味着精力旺盛、热情大胆、感情需求强烈 但有时容易冲动和感情用事，发生挫折后常后悔不已，甚至一蹶不振；有时大面积的红色代表愤怒的情绪
橙色	美味、健康；警戒、焦急；智慧、光辉、神圣；活泼、天真	比较自我中心，情绪波动比较明显，当情绪恶劣时，会产生一定的攻击性，但能够自我开解 常成为群体中的明星，希望自己成为一切计划中的主宰，不肯处于从属地位 在新环境中很容易交上朋友，但由于不懂得体谅别人，也很容易和新朋友吵翻，又由于比较幼稚，存在被歹徒欺骗的风险	画面中大面积偏好橙色，一般意味着勇于开拓，积极进取，善于结交各种朋友，但由于喜新厌旧，并不能够结交到真正的朋友

㊀ 罗丝琳娜·达维多．涂鸦解密——儿童绘画心理透视［M］．陈霞译．杭州：浙江教育出版社，2007：23－24

㊁ 仲稳山．房树人绘画投射测验中的色彩心理［J］．心理技术与应用，2015（06）：51－55.

（续）

色调	象　征	儿童绘画分析参考	成人绘画分析参考
黄色	热情、温暖；成熟、希望；警戒；财富、骄傲、权力、辉煌；谦卑；排斥	单独使用或者与红色配合使用，有时表示孩子过分依赖大人 追求理想，反应敏捷，具有天才的一面	画面中大面积偏好黄色的人，很容易成为人群的中心人物。大多是理想主义者，讨厌一成不变，喜欢新事物，追求自由自在，爱好钻研，擅长制定各种计划 喜欢黄色画笔的人也有依赖他人的倾向，并且由于追求幸福的欲望太过强烈，经常感觉自己得不到足够的关爱
绿色	自然、清新；生命力；和平、希望、理想；大方、文雅、善良	喜欢绿色画笔的孩子，一般个性较为开朗、随和，没有心机，比较包容、宽恕，且具有较强的上进心和好奇心。 这些孩子也具有回避竞争的倾向，特别是喜欢橄榄绿的孩子，大多个性较为乖戾，存在歇斯底里发作的可能	画面中大面积偏好绿色的人，一般比较高雅、稳重、温柔、多情、善解人意。 喜欢沉默和寂静，不苟言笑，做事严谨，按部就班，能够迅速从挫折中振作起来

（续）

色调	象　征	儿童绘画分析参考	成人绘画分析参考
蓝色	广阔；远方、梦幻；忧虑、压抑；谨慎、镇定；寒冷	5 岁以下偏好蓝色的孩子比偏好红色的孩子更加有分寸 6 岁时大量使用蓝色是适应能力良好的表现 但如果一味使用蓝色，可能意味着孩子过于约束	画面中大面积偏好蓝色，为人诚实、中庸，谦虚谨慎，有很强的团队协调能力，遵守规则，做事有弹性 有时会显得有些懦弱，有时也比较固执己见 喜欢水蓝、天蓝等明亮蓝色画笔的来访者，一般非常感性，而喜欢藏青色等深蓝色画笔的来访者，一般比较理性，前者能够自如表达心中的想法，而后者喜欢凌驾于他人之上。另外喜欢深蓝色画笔的女性还表现出较强的自立能力
紫色	高贵、神秘；忧虑；悲伤、昏暗；威胁	儿童很少会使用代表忧虑的紫色，当难以适应环境时才会使用到它；紫色经常和蓝色配合使用，体现了一定程度的焦虑 有情绪剧烈波动的倾向。这类孩子非常在意别人对他的态度，容易因别人态度的变化而产生情绪的剧烈变化，在情绪失控时，不会向外部发泄，而是指向自己的内心 喜欢紫色画笔的女孩，很容易沉溺于自恋的状态之中	偏爱紫色画笔的成年来访者，一般具神秘气质，谨言慎行，喜怒不形于色，不擅长交际，喜欢思索，压抑和控制自己的情感，给人冷漠、高傲的感觉

（续）

色调	象　征	儿童绘画分析参考	成人绘画分析参考
黑色	死亡、结束、衰败；恐惧、不幸、压抑；邪恶、悲痛；寒冷；肮脏；隐藏、低调；稳定、重量；高贵	每个年龄段都会使用黑色，用黑色来勾线是一种正常的表现 黑色有时是内心丰富的表现，但整张画面大量使用黑色可能意味着孩子的恐惧和哀伤	画面中大面积偏好黑色的人，性格较为内向，情绪比较压抑，不喜欢张扬和引人注目，总认为自己与好运气无缘，没有激情和活力，对周围的人和事提不起兴趣，遇事未按设想进行便想打退堂鼓 对待他人十分谨慎小心，喜欢独来独往，希望保持独特的个人活动空间和自己的典雅与威仪
白色	光亮、清洁；神圣、纯洁；寒冷、轻松；坦诚；理想	具有较严重的完美主义倾向，这些孩子几乎都存在洁癖。且由于不能容忍朋友的缺点，在生活与学习中，很难获得别人的友谊	喜欢白色画笔的成年来访者，个性较为单纯，脾气倔强且泾渭分明。 由于追求有条不紊和尽善尽美，而使自己精疲力竭，也得不到别人的喜欢
灰色	茫然；坚固、稳定；肮脏；中庸、低调	深灰色调象征孩子对家庭以及社会的不适应及内心的种种冲突	画面中大面积偏好灰色者，多较为稳重，做事干练、知识丰富且教养良好，善于利用灰色来中和或减弱外界的压力并承受压力，具有平衡局面的能力

（续）

色调	象　征	儿童绘画分析参考	成人绘画分析参考
棕色	泥土；坚固；腐烂；淳朴、稳定；古典、优雅	棕色以及其他灰暗色色调表示孩子对家庭以及社会的不适应及内心的种种冲突 不自觉地选择棕色画笔的孩子，大多数是在性格非常保守的祖父母身边长大，由于从小被教导要压抑自己的要求、一切服从大人、不准插嘴，导致他们内心缺乏安全感，形成遇事瞻前顾后、优柔寡断的性格倾向，很少流露出儿童应有的无忧无虑的神情 经常使用这种色调的孩子个性比较倔强	喜欢棕色画笔的成年来访者，一般比较善于经营钱财，且忠诚老实而不忘恩负义

（二）色彩纯度分析

色彩的纯度又叫饱和度，在绘画心理分析中，纯度主要通过色彩鲜艳程度和色彩可辨识程度这两个角度来显现。

色彩的鲜艳程度通过有色颜料和黑白灰颜料的混合来实现。在某种色调的有色颜料中，混入黑、白、灰等颜料，黑、白、灰颜料的分量所占的比例从 0 至 100% 不等。其中掺入的黑、白、灰比例越接近 0，则色彩纯度越高，越鲜艳；而掺入的黑、白、灰比例越接近 100%，色彩纯度越低，越不鲜艳。因此，纯度代表了某种色彩的鲜艳程度。比如，正红色中混入了白色之后，视觉上产生了粉红色的效果；混入了黑色之后，视觉上产生了暗红色的效果。粉红、暗红，都属于广义的红色调，是不饱和的红色。

色彩的可辨识程度是某种有色颜料和其他有色颜料之间相互混合实现的。红、橙、黄、绿、蓝、紫等色调的颜料经过相互混合后可辨识程度不一。如在蓝色中混入绿色，在黄色中混入蓝色和红色，这些色彩相互混合后我们往往辨别不出具体是什么颜色。如蓝色和绿色混合后形成的“蓝绿色”，也是一种不饱和色。

色彩对应着情绪的感受和表达。儿童时期，个体通常喜欢鲜艳纯粹、饱和度高的色彩，如大红、大绿、鲜黄等。在儿童的绘画作品中，所采用的颜色也大多是鲜艳的高饱和度色调。这是因为在儿童所处的主观世界中，表达

情绪的方式也比较外显化、高调化、单一化，如直接大笑、大哭等。因此与之相对应的是，在儿童的绘画作品中，一般会选择运用鲜艳的色彩来描绘儿童那外显而高调的情绪。

因此，从这个意义上来说，高饱和度的色彩，在人们的潜意识中，和“活泼”“年轻”联系在一起，同时也意味着“幼稚”“不成熟”。大多数少儿读物，在排版时都会选择运用鲜艳的色彩，这样能最大程度地吸引儿童的注意，符合儿童活泼、高调的情绪特点和审美眼光。希望自己显得富有青春活力的朋友们，在日常的服装搭配中，不妨适当地选择些鲜艳的、饱和色高的色彩。

随着人们心理和生理水平的不断成熟，人们的情绪无论是感受上还是表达上都逐渐内敛化、低调化、复杂化，这时，人们也会越发觉得不饱和色更加符合自己的审美，在服装、家装、绘画上，都会更多地选择运用不饱和色，从心理特征上来说，这是因为这种类型的颜色直接传递出的情绪较少。

因此，不饱和的色彩在人们的潜意识中意味着“成熟”“内敛”“低调”的情绪，符合成年人的情绪特点和审美眼光，因此看起来会显得高档，这也是大部分奢侈品牌在配色上都会选择低饱和度色彩的原因。

成年人的绘画作品中，如果包含了大面积鲜艳的饱和色，往往意味着一段时间内强烈的情绪表达的需要，或是

在情绪表达上存在退行化倾向。

表 3－2　色彩纯度象征参考表

纯　度	高纯度	低纯度
色彩特征	鲜艳度高或辨识度高	鲜艳度低或辨识度低
绘画心理分析参考指标	高调、外显；纯粹、幼稚；突出；情绪觉察性高、情绪控制能力低	低调、内敛；复杂、成熟；隐藏；情绪觉察性低、情绪控制能力强

（三）色彩明度分析

特定色调的颜料中加入黑色的比例越高，则明度就越低，看起来越暗；加入的白色比例越高，则明度越高，看起来越亮。同一种色调中，明度低的象征沉重、庄严、肃穆、深沉、压力等，通常对应消极情绪；而明度高的则象征温暖、轻松、欢快、清新等，通常对应积极情绪。

比如，深蓝和浅蓝都属于蓝色系，但加入了黑色的深蓝色，则容易让人联想起深邃、空旷、压力、冷清等情绪感受；而加入了白色的浅蓝色，则容易让人联想起宽阔、蓝天、自由、清新等情绪感受。虽然蓝色属于冷色调，但是从某些方面来说，浅蓝所对应的情绪感受和情绪表达类似于暖色的情况。

同样，红色作为暖色调，加入了白色的浅红色，容易让人联想起粉嫩、淡雅、活泼等情绪感受；而加入了黑色的深红色，容易让人联想起庄严、肃穆、压力等情绪感受。

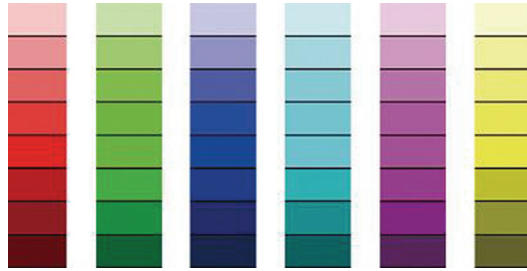


图 3－1　不同明度的色彩

表 3－3　明度象征参考表

明　度	高明度	低明度
色彩特征	色彩中包含白色的比例高	色彩中包含黑色的比例高
绘画心理分析参考指标	除了本色调中的原型象征之外，还包含白色的原型象征如：光亮、清洁、神圣、纯洁、寒冷、轻松、坦诚、理想等 通常对应积极情绪	除了本色调中的原型象征之外，还包含了黑色的原型象征如死亡、结束、衰败、寒冷、肮脏、隐藏、稳定、重量、不幸、邪恶、悲痛、高贵、稳重、低调等 通常对应消极情绪

（四）色彩数量分析

通常来说，正常个体在绘画的时候往往会选用适当数量的色彩。在这方面儿童与成人表现有所不同：儿童会倾向于选择多种颜色的画笔来完成绘画，而随着年龄的增长，个体在绘画色彩数量的运用上会比儿童时要少。

性格正常的儿童在绘画条件允许的情况下会倾向于在

画面中选择更多的色彩来表达自己，这象征着潜意识中和自身情绪的交流，也象征着和外界的交流沟通。相反，性格孤僻的儿童较其他儿童而言作画时使用的颜色种类较少，有的孤僻儿童在画同一个事物时用同一种颜色的彩笔反复去画，最终这个物体呈现出单色，这表现出了内心封闭的状态。[㊀]

一般来说，情绪越强烈，或绘画者对情绪的控制水平越低，越倾向于选择多种色彩。比如学前儿童在画太阳的过程中，有的儿童会采用多种颜色，比如红色、黄色、蓝色、黑色，这多种颜色的叠加反映出学前儿童的情绪强烈，处于一种难以控制的水平。[㊁]

对于成人而言，情绪反应强烈或情绪控制能力较差的来访者，会使用比一般人更多种类的色彩。反之，则会使用较少的色彩。如躁郁症患者在躁狂状态时，经常使用很多种类（5 种以上）的颜色画画；控制能力低的成年人会与年幼的儿童一样，在绘画时使用更多种类的颜色。[㊂]

如果来访者进行彩色绘画时显得比较拘束，所使用的色彩种类比一般人要少，则表示他们与别人进行自由情感

㊀ 华丹．对小学低年级性格孤僻儿童绘画的研究［D］．烟台：鲁东大学，2016．

㊁ 方元．学前儿童绘画色彩心理活动分析［J］．大众文艺，2013（13）：246．

㊂ 仲稳山．房树人绘画投射测验中的色彩心理［J］．心理技术与应用，2015（06）：51－55．

交流时，会表现出过度的谨慎，无法建立起温暖和确定的人际关系，难以将自己的痛苦或快乐情绪与别人交流或分享。[㊀]

因此，对于色彩数量的心理分析，我们要根据创作者是儿童还是成人来区别性地进行。

表 3－4　色彩数量分析参考表

色彩数量	色彩多	色彩少
儿童	属于正常表现：正常儿童会尽可能多地挑选颜色，一般会在 5 种以上	性格有孤僻倾向的儿童，较其他儿童选择的颜色较少 单色表现出内心封闭状态
成人	情感反应强烈、情感控制能力较差的成人，会使用比一般成人更多种类的色彩	情绪平静、情感控制能力强、有时会过度谨慎、害羞，不喜欢与他人进行情感上的交流

五、 名家色彩案例分析

（一）梵·高：色彩的变迁

梵·高（1853—1890）早期作品的色调是低沉压抑的，晚期作品的色调却是鲜艳怒放的。

《吃土豆的人》是梵·高创作于 1885 年的作品，带有他的早期创作风格。从这幅作品的色彩上，可以很明显看

㊀ 陈侃. 绘画心理测验与心理分析［M］. 广州：广东高等教育出版社，2008：54

出，画面整体以黑色为主，亮度低，运用的色彩较少。色彩上给人的直观感受是阴暗、沉重、单调。在创作本作品的同一年，梵·高的父亲因病去世，他这段时间内情绪上的低沉、抑郁、压抑，通过这幅画的色彩可以明显地表达出来。

图3-2　梵·高早期作品《吃土豆的人》

梵·高精神病症状的发作始于1888年12月，随后一段时间内，他的病情时而反复，精神状态也时好时坏。这期间他出现了幻听症状，并怀疑别人在他的食物中下毒，这都是非常典型的幻觉和被迫害妄想。1889年5月，梵·高住进了圣雷米精神病院，一年后他出院前往奥维尔，两个月后自杀。

从梵·高发病到自杀只有不到两年的时间。然而，就在这段时间内，梵·高却形成了自己的绘画风格，他一生

中最杰出、最富有独创性的作品，差不多都在这最后两年完成。

这一时段内，梵·高作品在色彩上的突出特点是色彩的鲜艳和高纯度。高纯度色彩象征着情绪感受和情绪表达的纯粹性，以此观之，晚期的梵·高在罹患精神疾病的情况下，仿佛产生了强烈的情绪表达意愿。

以下两幅作品《向日葵》和《精神病院的老人》都是这一时期梵·高的代表作品。

图 3－3　梵·高晚期作品《向日葵》

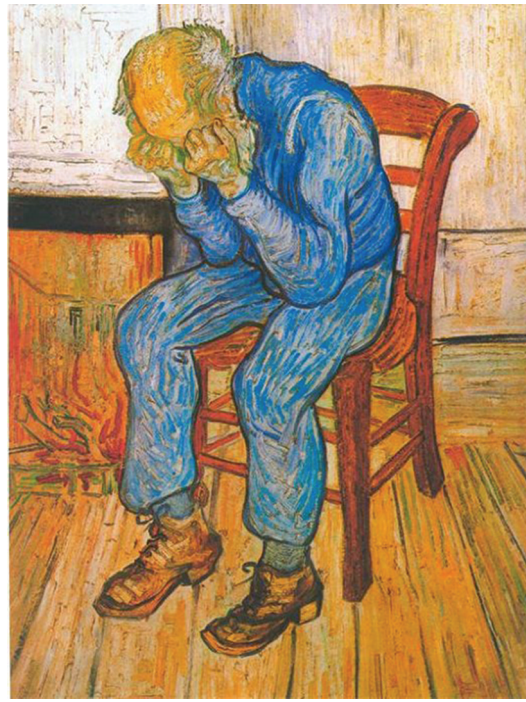


图 3－4　梵·高晚期作品《精神病院的老人》

在这一时期，梵·高也创作过色彩纯度较低的作品。如他的一幅自画像。梵·高把这幅自画像看作自己神志正常的标志。在给朋友的信件中他表示："我希望你能看出我的面孔比过去平静得多了，尽管在我自己看来我的神色比以前茫然呆滞了些……我在创作这幅画时有意画得简约质朴些……"

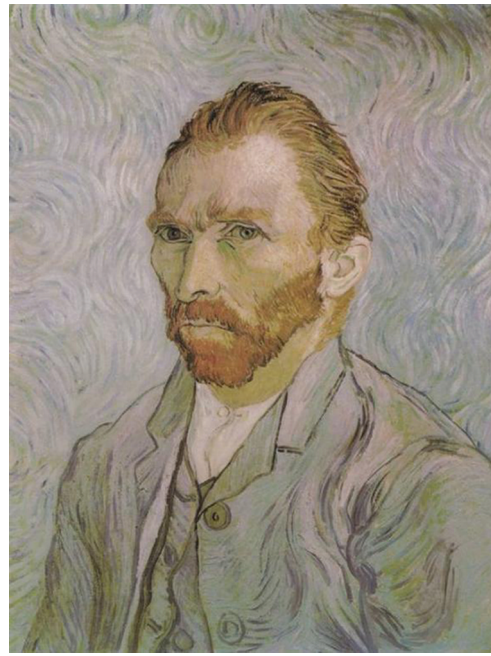


图 3－5　梵·高晚期作品《自画像》

因此，这幅色彩纯度相对较低的作品，可以看作是梵·高在“有意画得简约质朴些”，即梵·高在有意识地控制之下完成的。同时反证了在这一时期其他色彩鲜艳而高纯度的作品，可以看作是梵·高在意识水平降低、对情绪相对失去控制的状况下完成的。除了色彩之外，梵·高的这幅画在笔触上也具有显著的特点，在绘画笔触分析一节中，我们会详细介绍。

（二）徐渭：黑色的牡丹

徐渭（1521—1593），字文长，明朝著名文学家、书画家、戏曲家、军事家。他是中国历史上“泼墨大写意画派”的创始人，一生独爱水墨。

徐渭的人生可以用命运多舛来形容。1521 年，他出生在一个官宦之家，但早年的生活并不愉快。他的父亲早亡，生母是一位婢女，在他几岁时，生母便被嫡母逐出了家门，这给徐渭造成了极大的心理创伤，虽然二十九岁那年他将生母接回自己家中，但直到垂暮之年，他仍然无法忘记童年被强制与母亲分离的创伤经历。二十一岁时他入赘潘家，与第一任妻子潘氏感情很好，然而没过几年，潘氏就因病去世，这也给了徐渭不小的打击。

徐渭天资聪慧，年少时便因才学而闻名乡里，并对功名事业充满了向往。他曾自评曰：“吾书第一，诗二、文三、画四。”然而命运却和他开了一个玩笑，在以科举及第为读书人成功标准的明朝，他虽然才华横溢，但在科举道路上却屡遭挫折。二十岁那年他考中了秀才，此后多次参加乡试却未能中举。三十六岁那年，他受总督东南军务的胡宗宪知遇之恩，入其幕府掌文书，因工作能力强而颇得胡宗宪赏识。然而，后来胡宗宪入狱并死于狱中，徐渭深感痛心，也担忧自己会受到牵连和迫害，在恐惧和愤怒之下，他开始有了类似于精

神病的症状，先后有九次自杀行为，在精神错乱的状态下，还误杀了其第三任妻子张氏。本被判处死刑，后在朋友们的多方营救之下，在狱中度过了七年时光后才被释放。晚年徐渭更是为生计所迫，贫穷无依，唯有卖画为生。

后人用悲凉的数字总结了他的一生：一生坎坷，二兄早亡，三次结婚，四处帮闲，五车学富，六亲皆散，七年冤狱，八试不售，九番自杀，十（实）堪嗟叹！可以说，如果用色彩来形容人生，那么才子徐渭的一生都是黑色的。

徐渭一生低沉、压抑、郁郁不得志的心态在他的绘画作品中也能反映出来。他的作品几乎都是水墨画，从色彩上来看都是黑色，象征着悲凉和压抑的心态。

他不仅用黑色来描绘山水人物，还用它来描绘花鸟。一个显著的例子就是对牡丹花的描绘。牡丹花在中国文化中素有富贵之花、花中之王的称号，象征着富贵和荣耀。自唐代以来，牡丹就成了民间所爱的、画家常写的、诗人常颂的花卉，画家笔下的牡丹无不绚烂多姿，富贵辉煌。

然而，徐渭却开创了墨色牡丹的绘画风格，他笔下的牡丹一贯使用纯墨色，从色彩到造型上感受不到任何富贵和荣耀。以下两幅均是徐渭描绘的牡丹作品。

图 3－6　徐渭墨牡丹之一

图 3－7　徐渭墨牡丹之二

对其笔下的墨色牡丹，徐渭也曾专门赋诗来加以解释："五十八年贫贱身，何曾妄念洛阳春？不然岂少胭脂在，富贵花将墨写神。"短短二十八个字，写尽了才子的苦闷和对命运的无奈。

除了绘画色彩上对于水墨黑色的偏爱之外，徐渭的作品在内容上、笔触上也有其个人特点，在绘画内容及笔触的相关章节中我们也会专门分析。

第三节　绘画构图分析

当一幅画直接展现在我们眼前的时候，除了色彩之外，最宏观且最直观的感受，就是这幅画所包含的元素之间的相互关系了。画面所包含的元素之间的相互关系，称为构图。

一、　构图对人的影响

在中国古代，人们特别讲究风水，其实有些"风水"之说并不完全是迷信，很多时候，它指向环境对个体的心理状态产生的直接或间接的影响。如果这种影响是长期而稳定的，那么这种心理状态就会转化为人的心理特质及人格特点。在某种程度上，"风水"就是一种立体的空间构造，人长期处于某种立体的空间构造中，心理状态和心理特质会受到明显的影响。比如，在传统风水中比较忌讳"横梁压顶"，所谓横梁压顶，指的是人们坐卧的地方，头顶上正好是根横

梁。这是因为当人的上方时刻存在突兀的事物，个体就会产生压抑感，长期处于这种空间中，思维创造力就会受到影响，也会在工作中感受到压力，并影响休息。长此以往，身体状态和工作状态就会向负面的方向发展。

同样，人的心理状态和心理特质也会通过主动的空间配置反映出来。比如，一个性格外向开朗的个体，在选择房屋的时候，可能会选择巨大的玻璃落地窗，保证阳光充足、视野开阔，而且不喜欢窗子被遮挡，这种选择满足了其潜意识中和外界沟通交流的需要；而一个缺乏安全感的个体，则倾向于选择较小的窗户，即使窗户较大，也倾向于配备厚重的窗帘或密集的防盗网，以满足其安全感的需要。此外，缺乏安全感的个体，如果条件允许，更倾向于在房子周围建造围墙或栅栏，满足其自我保护的需要。其中，典型的例子是天津五大道地区的建筑。

20 世纪初，国内局势风云变幻，政治变革此起彼伏。天津的租界地区成了不少人的政治避风港，1911 年辛亥革命推翻清政府后，很多清朝曾经的皇亲国戚、遗老遗少从北京迁来此地居住；北洋政府也有很多政治要人、下野政客如总统、总理、总长、督军、省长、市长也纷纷来此寻求安稳庇护。在那个政权动荡、变幻更迭的时代，居住者这种“寻求庇护”的心理，也投射在房屋的构造上。五大道地区的建筑很多都有高大的围墙，有些围墙甚至高达三

四米。这充分体现了居住者求安求稳的心态，需要通过外在的空间设置和建筑构造来得到象征性的满足。

这类建筑的典型代表就是庆王府，高大而结实厚重的围墙，反映了居住者对安全感和庇护的心理寻求。

因此，我们可以通过空间构造来探寻个体的心理状态和心理特质。绘画心理分析中的构图分析，所分析的就是作品中各种元素在二维平面纸张上的空间构图分布，这种二维分布也同样投射了创作者的内心。

二、 绘画构图三要素

构图三要素包括位置、距离、面积。在一幅画中，位置包括两重含义：其一指的是整体画面处于画纸的什么位置，其二指的是某个画面元素处于画纸的什么位置；面积也包括两重含义：其一指的是画面的整体所占画纸的面积，其二指的是某个画面元素较之其他元素的相对大小；距离指的是画面各元素之间的距离分布。

下图是法国印象派画家莫奈（1840—1926）的著名作品《日出·印象》，在下图中我们看到，画面包含了天空、太阳、河面、船、人等形态各异的绘画元素，在这些元素中，纸面上半部分大面积描绘的是天空，天空的正中偏右是醒目的太阳；纸面的下半部分描绘的是河流，河流中间偏左是两艘船，船上有人等。天空、太阳、河流、人、船

的面积大小及其相互之间的位置、距离等关系，就是绘画构图。

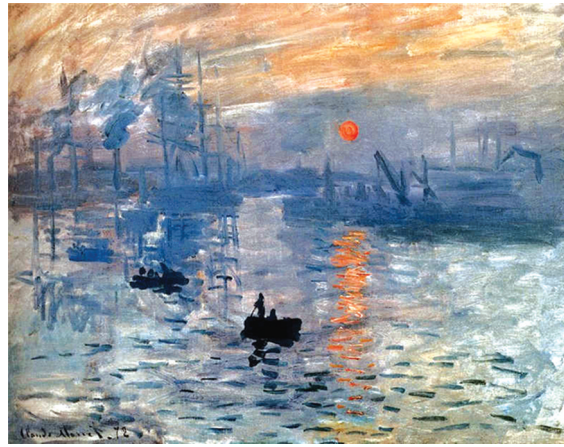


图 3－8　莫奈《日出·印象》

三、空间象征意义研究

荣格的空间象征理论是绘画心理构图分析的重要理论依据之一。在绘画心理治疗及箱庭疗法中，众多的心理学家和教育工作者在实践过程中，对荣格的这一理论也在不断地进行修正和改进。

（一）荣格的空间象征模式

荣格本人的绘画解释象限模式也有一个发展的过程。在最初的时候，荣格提出的是四象限模式。

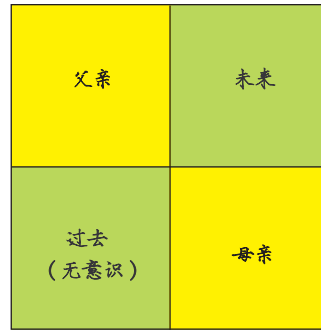


图 3－9　荣格最初的图画解释象限模式

摘自：周丽芳．中日大学生空间象征理论的检验及抑郁的相关研究［D］．苏州：苏州大学，2008．

如上图所示，荣格认为，绘画的四个象限中，每个象限都有不同的象征意义。左上方跟父亲有关；左下方跟无意识或过去有关；右上方与未来有关；右下方与母亲有关。象限模式可以用来解释绘画作品，比如在右上方的乌云象征着和未来有关的可引发个体负面情绪的事物，以及其所面临的某种压力。

荣格后期对这一模型有所改进，形成了前文中描述的空间象征理论图。

通过对比可以看出，后期的模型与前期的四象限相比，增加了上、下、左、右的解读，空间上部象征着精神世界、未来、父亲，下部象征着物质世界、过去、母亲。加上原先的左上、右上、左下、右下，共包含了 8 个空间方位，每一个方位均包含了心理象征意义；并将普遍的意

识、普遍的无意识象征扩展到象限中来。

（二）其他学者的空间象征模式

荣格的空间象征理论得到了众多心理学家和教育者的支持，除了绘画心理治疗之外，空间象征理论在箱庭疗法中的运用也较为广泛。心理学家和教育工作者在绘画心理治疗、箱庭疗法的实践过程中，也在不断地运用及改进修正着荣格的空间范围象征意义图。下面介绍一下其中部分学者的空间象征模式观点。

苏珊·巴赫支持自由绘画对于重病儿童的重要性，巴赫的观点基于荣格的理论，认为儿童自发的美术创作是对自我的表达，认为绘画中包括物品的布局等一系列信息都以非言语的方式传达出自我的信息或个体的身体状况。

在巴赫的象限系统中，右上方跟“这儿”和“现在”有关；右下方和“紧靠的过去”或者“可能的将来”有关；左下方和“黑暗的地方”以及“未知的东西”有关；左上方和“落山的太阳”有关。基于经验主义的研究，她发现这个系统是有价值的。值得注意的是在她系统里的象限左上方（因为太阳经常和父亲有关）和左下方（因为它听起来像无意识）显得和荣格的象限很相似。[㊀]

格鲁尔德是美术历史学家，他通过研究和验证美术作品，得出的空间象征模式是左边为过去，右边为未来；左

㊀ 周丽芳．中日大学生空间象征理论的检验及抑郁的相关研究［D］．苏州：苏州大学，2008．

下代表出生、起源，右上代表目标、要去的地方。[㊀]

吉沅洪认为在树木人格投射测验中，画纸的位置象征着父母的影响、环境和现实，以及来访者对环境与现实的态度等。画纸的左侧关系到母亲、女性原理、过去（记忆及过去的生活等），以及经验中被动的一面；右侧关系到父亲、男性原理、未来（期待），以及经验中积极的一面。[㊁]

我国学者张日昇在对箱庭疗法的研究中认为，来访者作品在沙箱空间配置和玩具摆设状况上投射其内心世界。一般来说，左侧代表过去，右侧代表未来。各种交通工具及人和动物朝向左侧即意味着退行，朝向右侧则意味着前行；左下角可能意味着源泉或开始，右上角则可能是目标或发展的终极。[㊂]

茹思·安曼在沙盘治疗中总结出的空间象征模式认为：新的精神方面的冲动通常由左上方涌现；左下方出现的能量更多地意指身体和本能的能量的增加。代表外部世界，比如分析师对来访者的反移情能量可能从右方出现。朝左的运动代表退行，或者它们代表的更可能是能量向无意识回流。这可能意味着回归（到无意识）或者是无意识中能

㊀ 宋春晓. 树木—人格投射测试在教师选拔中的应用研究［D］. 苏州：苏州大学，2016.

㊁ 吉沅洪. 树木—人格投射测试［M］. 重庆：重庆出版社，2011.

㊂ 张日昇. 箱庭疗法在心理临床中的应用［J］. 武警医学，2012（07）：553－556.

量的汇集，指向一个新的目标，一个新的进程。从左下方到右上方的运动表明了向生活、向外在世界的发展，这在年轻人的沙画中经常能够见到。在成人的沙画中，经常能

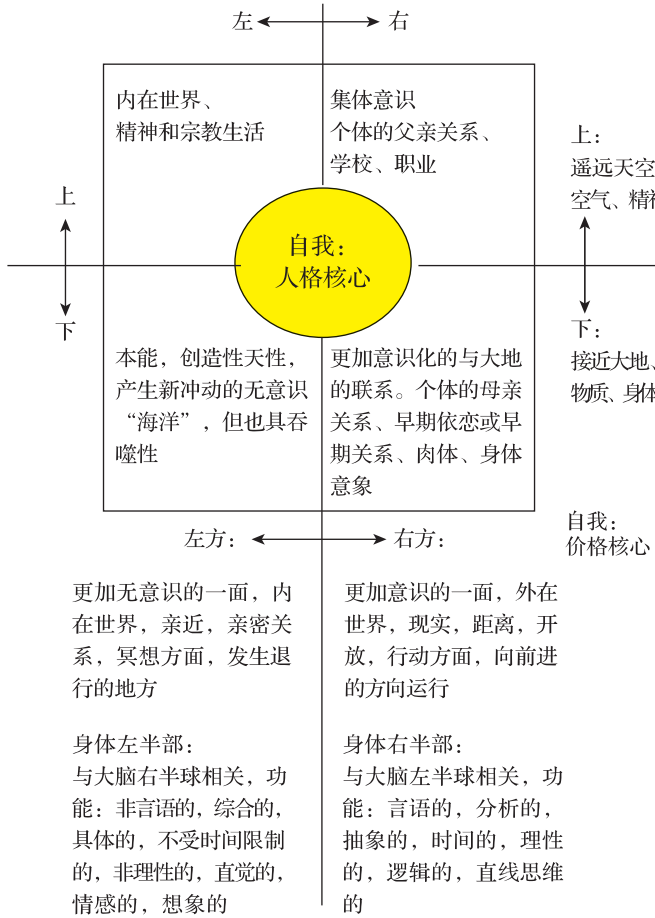


图 3－10　茹思·安曼的空间象征模型

够发现从右下方向左下方的运动，它表明了一个内在精神世界的发展。[㊀]

四、 构图配置参考表

（一）构图位置与心理

结合荣格和其他学者有关空间象征意义的理论和实践，以及本书作者在心理咨询工作中的实践经验，本书作者总结了绘画者心理状态和构图的关系参考表。在分析构图的时候，可以从两个层面来进行，一为整体画面，二为画面某一元素。

在绘画心理分析中，画面的内容或主题部分可以看作是绘画者个体的内在心理投射，而纸面或其他部分则可以看作是绘画者所处的外界环境或社会的投射。当画面整体大致居中的时候，代表绘画者与周围环境、社会以及他人关系较为和谐；然而，当极端情况下，当画面整体恰好处于纸面的正中央时，则象征绘画者较为缺乏安全感、以自我为中心，或有强迫倾向或完美倾向。

当画面整体偏左的时候，象征了绘画者对过去的留恋，以及个性上偏感性，和逻辑相比更重视情感；在极端情况下，画面整体被画纸的左边缘切断了，则象征着对过去的事情过分留恋，可能存在沉迷过去而回避未来的倾向，对

㊀ 茹思·安曼. 沙盘游戏中的治愈与转化：创造过程的呈现［M］. 潘燕华译. 广州：广东高等教育出版社，2006：44－45.

未来存在不确定感，对于未来的生活存在顾虑。

而纸面右边的空间象征着未来、理性，因此，当画面整体偏右的时候，象征了绘画者对未来的憧憬以及个性上偏理性，和情感相比更重视逻辑；在极端情况下，画面整体被画纸的右边缘切断了，则象征绘画者对过去的逃离倾向，对过去的某些人或事等存在较多的负面感受。

纸面的上方象征着精神世界，当画面整体偏上的时候，象征着绘画者对精神世界的追求和幻想；极端情况下画面被画纸的上边缘切断，象征绘画者想象力非常丰富，但有时候容易以幻想来替代现实，不肯接纳真实的状态，在行动力方面也有待加强。

下方的空间象征现实世界和安全感，当画面整体偏下的时候，象征着绘画者对现实和安全感的关注和追求；极端情况下画面被画纸的下边缘切断，象征绘画者有压抑自我的倾向，自身的情绪、情感、观点等没有得到很好的释放，有时候情绪冲动和情绪压抑同时存在。

表 3－5　整体位置象征参考表

画面整体位置	象征意义
画面整体大致居中	人际关系和谐，对于环境和社会的适应较好；情感平和
画面整体居于正中央	自我意识较强、以自我为中心；强迫倾向、完美主义倾向；缺乏安全感
画面整体偏左	留恋过去，感性；和逻辑相比更重视情感

（续）

画面整体位置	象征意义
画面整体被画纸左边缘切断	对过去的事情比较留恋，对未来有不确定感；想开始新的生活，但又对未来存在矛盾心理和顾虑
画面整体偏右	憧憬未来，理性，和情感相比更重视逻辑
画面整体被画纸右边缘切断	对过去的事情有恐惧的心理及远离的倾向，又顾虑很多，不知道怎么办；有一定的畏惧心理
画面整体偏上	注重精神世界，追求精神世界的满足；喜欢幻想
画面整体被画纸上边缘切断	想象力丰富，有时用幻想来替代现实，不肯接纳真实的状态；行动力弱
画面整体偏下	注重和关注现实世界和安全感
画面整体被画纸下边缘切断	有自我压抑的倾向；有时情绪冲动和自我压抑同时存在
画面整体位于左下	缺乏安全感，有依赖感，害怕独立；自卑；有抑郁或焦虑倾向
画面整体位于右下	对于未来有着与现实有关的焦虑感或顾虑

在绘画心理分析中，画面位置不仅适用于整体画面的分析，也适合对单个元素在画纸中的相对位置的分析。比如在绘画心理分析中，我们可以结合某个元素的含义，以及元素所处于的位置，来分析来访者潜意识中的哪一部分表现出什么样的倾向。比如，来访者在画面偏左的地方画了一朵美丽的鲜花，则我们可以假设在来访者过去的生活

中有一个较为辉煌或让其较为留恋的事件或人物；来访者在画面的右上方画了一块乌云，我们可以假设这是来访者潜意识中未来的某个困难，而这个困难可能更偏向于精神层面；如果在人际关系图中，来访者将象征“父亲”的元素放在了整体画面的左方，由于左方在空间象征中所代表的是过去、感性、母亲，那么我们可以在咨询中更加关注父母关系、父亲在教育中所承担的角色、父亲个性对来访者的影响等线索。所以，咨询师在咨询中可以以画面构图特征作为切入点进行探讨。

表 3－6　元素位置象征参考表

元素位置	象征意义
左方	过去；感性；母亲形象
右方	未来；理性；父亲形象
上方	精神世界；想象力
下方	物质世界；现实力
中部	现在的状态；核心的人格特质

（二）构图距离与心理

在画面中，各个元素在空间上的距离代表了心理上的距离，在人际关系图中体现得较为明显。距离近，象征着关系和互动上相对紧密，以及内心存在希望能靠近的倾向。距离远，则象征着关系和互动上相对疏远，或者内心存在希望能逃离的倾向。

表 3－7　元素个体距离象征参考表

元素之间的距离	空间距离近	空间距离远
象征意义	心理距离近，联系和互动紧密；或有走近的驱力，或为不得不去面对的事物	心理距离远，互相之间较少产生情感联结；或有逃离的倾向

比如，在人际关系图中，来访者将象征“父亲”或“母亲”的元素等本该是最亲近的元素，放在离象征“自己”的元素最远的位置上，那可能象征了来访者潜意识中与父母的心理上的距离，或是象征了来访者有逃离父母的倾向，那么在咨询中，我们可以更加关注来访者与其父母关系方面的相关线索。

（三）构图大小与心理

在分析构图大小的时候，和分析构图位置一样，也可以从两个层面来进行，一为整体画面，二为画面某一元素。

整体画面面积大小和绘画者的自我评价有关。一般来说，有以下特征：画面整体相对较大，象征着心理能量充足，但也有可能是攻击性、情绪化、躁动化的倾向，或是内心的无力感外在的反向表现；画面整体相对较小，象征着自我评价较低，表现出拘谨、胆怯、顾虑的倾向；也可能是缺乏安全感或存在退缩倾向，或是可能存在情绪低落

或抑郁倾向。

在画面中，面积最大的元素，往往象征着该元素所指的象征意义对自身影响较大、能量较强，或自身最为重视；而画面最小的元素，所指的象征对自身影响较小，能量较弱，或者是被无意识地忽略和压抑。

表 3－8　画面面积象征参考表

画面整体面积	象征意义
画面整体面积大	心理能量充足、自信、攻击性、情绪化、躁动倾向；也有可能是内心的无力感，在外在的反向表现
画面整体面积小	心理能量较低；低自尊、自我评价低、拘谨、胆怯、孤僻、害羞、退缩、缺乏足够安全感；情绪低落或抑郁倾向
画面中，某一元素面积大	该元素的象征对自身影响较大，能量较强，或潜意识中最为重视
画面中，某一元素面积小	该元素所指的象征对自身影响较小或不重要，能量较弱，或在潜意识中即被压抑或忽视了

比如，在一幅画中，整张画纸都被填满，几乎没有空隙，而根据咨询师对来访者的前期了解，得知来访者较为情绪化、暴躁，那么这种暴躁很有可能是来源于内心深处的无力感，通过情绪、暴躁这种反向心理防御机制，将无力感投射到外界的其他人或事物上，在咨询中，我们可以将关注点逐渐放在引导来访者追寻这种无力感的来源上。

五、 名家构图案例分析

（一）梵·高作品：《麦田里的鸦群》

图3－11　梵·高《麦田里的鸦群》

《麦田里的鸦群》是梵·高生前的最后一幅画，是他于1890年7月创作的作品，当月，他就举枪自尽了。通过观察这幅画的色彩、构造，可以明显感受到，在构图上，画面明显分成了上下两个部分，在象征着精神世界的画面上方，采用了象征着压抑的深蓝色和黑色，而下方则使用了梵·高后期最惯常使用的高纯度色彩，象征着情绪的纯粹性，以及对情绪的难以控制。因此，这幅画象征着梵·高此时的压抑、抑郁，以及对这种抑郁情绪感受纯粹性的难以控制。

除了构图和色彩之外，从绘画内容上看，这个上方压抑天空中的乌鸦也象征了死亡的气息。

（二）中国画群体人物构图

图 3－12　唐代阎立本《历代帝王图局部·陈文帝》

图 3－13　唐代阎立本《历代帝王图局部·陈宣帝》

图 3－14　唐代张萱《武后行从图》

图 3－15　南唐顾闳中《韩熙载夜宴图》局部

以上几幅作品，分别出自阎立本的《历代帝王图》，张萱的《武后行从图》，以及顾闳中的《韩熙载夜宴图》。这几幅都是古代人物群体像的代表之作。画面的中心人物都是较为尊贵的皇帝、皇后、官员等。除了这些尊贵的人物之外，还有他们的随从和仆人，这些人共同组成了画面。可以直观地观察到，尊贵的人所占的纸面面积，较其

他人要大很多。

和西方油画注重对实物的临摹相比，中国画中，无论是工笔绘画还是写意绘画，都相对更注重“意境”的描绘。此外，中国画中没有西洋画法中的近大远小的焦点透视技法。也正因为如此，和西洋画相比，从面积上来看，中国画的画面元素的面积分布更接近于作者本人内心的投射，在中国画中，某一元素的面积较大，则象征着该元素的能量较强，反之则说明其能量较弱。这一点在中国画中的人物群体绘画中表现得最为明显。

在以儒家文化为主导思想的中国古代，君君、臣臣、父父、子子的观念深入人心，整个社会都尊卑有序，君臣有别，这种社会模式和社会观念是为当时社会的人们所接受并内化的。因此，这种观念也内化在了画家心中，在描绘的时候，画家将内心中关于尊贵的投射通过“面积大”来表现出来。这些人物，在当时社会的人们和画家本人内心中象征着能量足、影响大并最受人们重视的那一类人。

第四节 绘画内容分析

绘画内容即画的是什么，包含了哪些元素。无论是具象画、抽象画、还是不限定画，人们的画面中总会包含一定内容或元素。比如在作为具象画的“房树人测验”作品

中，包含了房子、树木、人等内容，也可能有一些附加物如太阳、月亮、草地等等，这些都是绘画的内容。在抽象画中，可能没有具体的实物，但是却包含了形状、涂鸦团块等元素，这些元素也可以看作是绘画内容。

本节所总结的绘画内容主要包括人物、动物、植物、自然物、附加物、形状等，无论是哪一种绘画内容，根据荣格的集体无意识理论，都能够找到所对应的原型象征。因此，本节就是对集体无意识中的内容原型进行的一次总结和梳理。

值得注意的是，就绘画内容的分析而言，在本章第一节静态分析要点中所提到的主客观层面的分析尤其适用。比如，对于绘画内容，从客观方面分析：来访者画了某一位关系亲密的异性，可能象征着现实中和这位异性的关系；来访者画了某一位自己很尊敬的老师，可能象征着现实中和这位老师的互动；来访者画了一条毒蛇，可能象征着现实中的某种危险。而从主观方面分析：关系亲密的异性可能象征着来访者内在的阿尼玛或阿尼姆斯；尊敬的老师可能象征着来访者内在的“智慧老人”；毒蛇则可能象征着自身内在无法控制，可能会对意识产生伤害的某一部分内在状态或特质。因此，在分析绘画内容的时候，咨询师最好从主观和客观这两个方面同时把握。

一、 人物象征分析

（一）具象画中的人物

具象画中，咨询师给来访者规定绘画主题，并且绘画的内容必须是相对真实的具体实物。具象画中的人物，是咨询师要求来访者在画作中必须要包含的人物。也就是说，具象画中的人物，是咨询师要求来访者画的。常见的具象画人物包括“房树人测验”中的人物、画人测验中的人物、人际关系图中的人物等，在这些具象画中，有的来访者可能不止画一个人物形象，但其中有一个人物象征着来访者自身。

画人测验作为一种相对标准化的人格投射测验，也属于具象画的一种。1926 年，古德伊纳夫尝试用画人的方法来测试孩子的智力，这是世界上第一种标准化的绘画测验，它很快传播开来，作为一种测量智力的方法被广泛使用；1949 年，麦可福出版了《人物画的人格投射作用》，探讨人物画和人格特质、心理病理学关系的问题，画人测验的受测者已不限于儿童，在测验中将绘画者的心理冲突、防御机制等和人物中的特定象征符号相联系，以临床观察的方式做出精神分析式的权威解释。

具象画中象征来访者自身的那个人物，往往是来访者自身的投射：既可能是现实中的自我形象，也可能是理想中或渴望中的自我形象的投射；既可能是来访者自己不同人格面具的投射，也可能是来访者对待人际关系态度的投射。

表 3－9　具象画中人物特点象征参考表

元　素	表现形式	象征意义
人物整体	没有画全（如只画了半身）	缺乏对自身的整体认识，不足感，有抑制或逃避倾向
	卡通人物、抽象人、火柴人	防御心理，希望隐藏自己，不愿表露真实的自己；拒绝或对抗态度
	正面像	与外界沟通交流的态度；希望别人了解自己
	侧面像	希望保持自己的某种神秘感
	背影	自我保护，不愿面对真实的自我，或对现实有拒绝和逃避倾向；避免表达情感，害怕失去控制
	整个人都涂成黑色	对自身的不认同，存在严重的情绪困扰
人物活动	活动中	好动，心理能量足，动力强，情感丰富；有时象征着躁狂倾向
	坐姿	心理能量低，动力小，情感耗尽；如果是扶手椅，象征着对情感的需求和依赖倾向
头部	头部占整个身体比例过大	想象力丰富；追求智力上的满足感；或属于智力偏低下，或对自己的身体不满意
	头部占整个身体比例过小	依赖倾向；自卑倾向、内心软弱；逃避社交；或存在智力问题

（续）

元　素	表现形式	象征意义
头发	精心设计的发型	对自身的肯定与欣赏；有时代表自恋情结
	过于杂乱	情绪上的烦恼和焦虑
	光头	心理能量不足
五官整体	五官缺失	想逃避人际关系，或是不能很好地适应环境
	五官模糊	自我保护，人际关系中有退缩倾向
眼部	大眼睛	敏感，用感性的方式了解世界；外向积极，容易受到外界的影响
	小眼睛	理性，专注；内向，关注自我，善于自我反省
	没有眼珠	性格内向，生活在自己的世界中，对外部环境不感兴趣
	画有睫毛	重视外表，待人细心
眉毛	长眉	感情丰富细腻，性格温和，善于社交，协调性强；度量大，能听取不同意见；与家人、朋友相处较好；生命力旺盛
	短眉	性格较自我为中心，易怒，情感淡薄，缺乏耐心；不太听取他人意见，与家人朋友关系可能不太融洽
	眉毛杂乱	性格比较直接，不愿意受到约束

（续）

元　素	表现形式	象征意义
耳朵	耳朵缺失	很少倾听别人的意见
	耳朵太小	害怕倾听或耳朵健康受损
	耳朵太大	对他人的言语很敏感；听力受损，或者伴随幻听
鼻子	鼻子缺失或模糊	缺乏主见；缺少精力
	强调鼻子	有主见，有攻击倾向；在性方面可能有困扰
	大鼻子	有领导力，擅长综合管理协调
	小鼻子	协调性不强
嘴巴	嘴巴缺失或模糊	喜欢独处，不希望与人沟通，情绪低落
	强调嘴巴	喜欢表达和吃喝，追求感官享受和欲望满足，或存在欲求不满的倾向；有强烈的表达欲，或想表达自己但存在表达障碍；嘴巴涂成红色系强调女性特征
	大嘴巴	有梦想；生命力旺盛；性格开朗，喜爱社交，领导力强；执行力和决断力强

（续）

元　素	表现形式	象征意义
嘴巴	小嘴巴	求知欲强；敏感；策划能力强，头脑周密；缺乏执行力和耐力，依赖心重；生命力不强
	画出牙齿	儿童正常现象；如果是成人则攻击性和侵略性强，有虐待倾向
脖子	脖子缺失	做事较为率性，不顾后果
	短脖子	性格固执、冲动、顽强
	长脖子	追求时尚，上进心较强，依赖性强，感情细腻，擅长出谋划策；或存在和脖子部位有关的躯体症状如喉痛等
	歪脖子	自我意识强；表面迎合，自行其是；善于揣测别人的想法
肩膀	方形的肩膀	承受着压力；有过度的自我保护和心理防卫；有攻击性和敌意
	宽肩膀	有力量，能够承受压力
	小肩膀	自卑；无法承受压力
胳膊	胳膊缺失	有内疚感或罪恶感
	胳膊长而有力	有目标和理想，行动力较强
	胳膊短而无力	缺乏目标理想和行动力，软弱感、匮乏
	两手叉腰	热衷权利；欣赏自己；或对外界的敌意

（续）

元　素	表现形式	象征意义
手部	手部缺失	在行动力方面缺乏自信
	手很大	有攻击性；有时象征行为操控能力低，对自己行为无能的反向补偿性表示
	手很小	在行动力方面缺乏自信
	手模糊	在人际关系方面缺乏自信
	涂黑的手	焦虑感或罪恶感
	没有画手指	不拘小节，对细节的重视和执行程度不够
	细致画手指	态度友善，愿意与人接触；但在特殊情况下是敌意的表现
腿部	长腿	强烈的自主性需求
	短腿	某种程度上的自我限制
	长短或粗细不均的腿	缺乏安全感和稳定感
脚部	没画脚部	缺乏独立性
	细小的脚	缺乏安全感，有依赖他人的需求
	过大的脚	重视行动力
	一大一小的脚	事业基础不稳定

（续）

元　素	表现形式	象征意义
服饰	衣服和配饰细致	重视仪表；自我欣赏
	强调纽扣	依赖性，欠缺独立性；不成熟
	强调领带	领带很小：象征着性功能的不足
		领带长而夸张：象征着性方面的攻击性

（二）抽象画、不限定画中的人物

上表为具象画中出现的人物在集体无意识中的象征意义。然而，很多时候，在抽象画、不限定画中，咨询师并没有要求来访者在作品中绘画出人物，此时来访者有可能自发地在作品中画出人物形象。

抽象画和不限定画中的人物，在原型象征和含义上，有可能和具象画中的人物一样，是来访者自身状态或人格面具的投射，也有可能是内在阿尼玛、阿尼姆斯、智慧老人等的投射，或具有其他的原型意向象征。

对绘画中所出现的人物也可以从主观和客观两个方面来进行分析，客观层面，人物象征着现实中的某一段关系；主观层面，人物则是内在的某个原型。

在下表中，根据绘画者所表现出来的人物分类，总结了可能的原型象征含义。

表 3－10　抽象画和不限定画中的人物象征参考表

人物分类	人物象征
宗教人物	内心的智慧老人；精神寄托或宗教信仰
恶魔	内心的阴影；某个现实中的困难
异性	内心的阿尼玛或阿尼姆斯；对异性的关注，和该异性的关系；性别认同异常
老人	内心的智慧老人；成熟、睿智、理性；衰弱

（续）

人物分类	人物象征
儿童	内心的孩子气；向往的自由；真实的、无掩饰的情绪情感
父亲	权威严格、男性气概、力量的来源；责任心、保护者；见识宽广；默默的关爱
母亲	生命的来源、滋养；慈爱、宽容
运动员	活力、力量；好动、健康
战士	保护、防御、攻击、愤怒、破坏性
演员	自己在与他人交往中的某种人格面具
别人	自己人格某一方面的陌生感；对交流对象的陌生感
机器人、超人类	对自身潜能的估计；全副武装、自我保护；超自然的力量

二、 动物象征分析

在具象画、抽象画、不限定画这三类作品中，来访者都可能描绘出动物形象。从某种意义上说，动物陪伴了整个人类文明的发展。考察作品中动物形象的象征意义，也可以触及来访者集体无意识中的心理状态。作品中出现的动物，其原型象征意义既可能是来访者本身所具有的特质的具体化，也可能是现实中引发某种情绪的事物或关系。动物的象征意义通常和文化相关，不同文化中的个体对动物的感受、评价往往存在着极大的差异，不同文化中均有

对各自文化图腾的崇拜，此外，很多文化中还有想象创造的动物。下表总结了动物可能的象征性含义。

表 3－11　动物象征参考表

动物分类	动物象征
鼠	多疑、警惕、机灵；生命力强
牛	奉献；安全感、踏实；倔强；愚笨、粗俗；财富
虎	能量、活力；勇敢、威严、权势；不合群；外向活泼、有朝气；巨大的危险
兔	弱小；美好、希望、纯洁
龙	权势、高贵、尊荣、幸运、成功
蛇	阴险、狡诈；毛骨悚然、恐惧；诱惑；嫉妒、纠缠；深刻、直觉；智慧；有时象征着消极的女性意向
羊	温顺、善良、柔弱；老实、愚笨、迷茫
猴	聪明、进化、本领大；不易驯服、多动、调皮；邪恶、贪婪、盲目崇拜
鸡	守信、准时；勇敢、善斗；家庭气息、繁殖、财富
狗	忠诚、保护；可爱；警觉、勇气；道德、自我约束；没有尊严，没有自我
猪	愚笨、懒惰、贪吃、好色、肮脏；可爱、厚道、忠诚、诚实、宽容
狮子	权威、攻击；摧毁对手、保护弱者、领导者、父亲、威严和慈爱兼有
豹子	勇气、战斗力、攻击；行动力；虚伪、狡诈
熊	原始力量、强大；阳刚、男性；笨拙、孤独

（续）

动物分类	动物象征
象	智慧、深思熟虑、宽厚，动物中的智慧老人
狼	恐惧、攻击性、破坏性；邪恶、危险
鹿	纯洁、温柔、灵性、善良；光明、创造力；富足与幸福；软弱性；有时候是女性的象征
猫	神秘、野性；温柔；高冷、妩媚、可爱；邪恶、阴险、贪婪；有时候是女性的象征
鱼	智慧、财富、自由；鲨鱼的出现可能象征着恐惧和危险
龟	健康长寿；稳定、幸福
鸟	自由、自然；灵性
凤凰	吉祥、高贵；自信、坚强、独立、刚烈；永恒
仙鹤	长寿、神圣、优雅
鹰	智慧；警觉、机敏；强大；攻击性
猫头鹰	危险、警告；睿智、深沉
乌鸦	死亡、困难、危险；智慧，正直
喜鹊	吉祥，喜气
鸽子	和平、慈善、善良；交流
燕子	亲情、思念
孔雀	骄傲、尊严、美丽、高傲
昆虫	自然、生活、弱小；恐怖、肮脏
蝴蝶	美丽、爱情、蜕变和心理转化

三、植物象征分析

（一）树木

无论是具象画、抽象画还是不限定画，从某种意义上说，树木的生长状态都是来访者生命力和生长历程的某种投射。树木人格投射测验最早由瑞士心理学家寇可于1949年开发，以5～16岁儿童及青少年为研究对象，以画面中特定特征出现的频率为观察指标进行测试的标准化，用以研究不同学龄期的发展特征并考察智力和心理疾病等相关问题。

和画人相比，画树更容易反映出来访者更深层次的、更基础的人格和心理特质，并且具有一定程度的稳定性。在参与“房树人测验”的时候，随着心理治疗和心理咨询的不断推进，来访者在人物的描绘上往往会出现很明显的改变，而有关树的描绘却很少发生改变。只有当治疗非常深入，树的绘画才会发生极小的变化。这说明，人物的绘画更多地触及的是表层人格，而树木的绘画更多地触及更深层次的人格和成长的历程。[㊀]

此外，和人的形象相比，树的形象和来访者自身的形象相去较远。由于心理防御机制的作用，人们更倾向于将消极的状态投射在树的描绘上，因为树更具有隐蔽性。所

㊀ 陈侃. 绘画心理测验与心理分析［M］. 广州：广东高等教育出版社，2008：54

以，在更多的时候，画人测验更多地揭示来访者的人格面具，个体更容易将阴影投射到树木的描绘上。

在绘画心理分析过程中，本书作者总结了常见的树木的生长情况及其象征含义：

表 3－12　树木特点象征参考表

元素	表现形式	象征意义
位置	靠左	受过去的经验和女性长辈的影响；有被动的一面；感性，审美能力强
	居中	对自我能量有真实的期待，理性与感性有平衡的趋势
	靠右	注重理性的批判能力并受到男性长辈的影响；有主动的一面
	把画纸旋转 90 度绘画	不满足于目前的环境，想要环境配合自己的需求，利己，缺乏可塑性，有逃避现实的倾向
树木大小	过大	自我的过度膨胀
	适中	能量充足
	过小	自我评价低，自卑，无力；性格内向
整体形象	只有树墩	受到过严重的心理挫折，而强烈压抑自我；过度伤心，不愿和外界沟通；紧张焦虑；有反抗的力量，接受过良好的自我调整后，重新开始
	枯树	心理能量低，可能有心理或精神疾病
	简化的树	注重实际，追求事物的实用价值；有时显功利，而缺乏乐趣和想象力；生活学习各方面井井有条
	树干、树枝单线条	性格柔弱；情绪低落抑郁；对外界环境存在适应性问题

（续）

元素	表现形式	象征意义
树冠和枝叶	大树冠	自信；热情；成就动机较强；虚荣心强，有时候会过分自信 树干细小而树冠过大，象征着能力不足却自我要求过高
	小树冠	缺乏自信，有时对自己的实力评估不足；冷静
	树冠被纸上边缘切断	想象力丰富，容易沉浸在幻想中
	尖形树冠	攻击性强，情绪焦躁
	树冠有花	注重仪表，喜欢展示自己；自信，有时会自恋、过高评估自身能力
	树冠轮廓为锯齿状	焦虑、烦躁；容易受到外界干扰；不安全感，不易对外界产生信任感
	有果实	有目标，期望获得成就。果实的数量和大小，象征着目标的数量和大小
	树枝下垂	抑郁倾向；经常沉浸于过去的事物；压抑、迟钝；懒惰、顺从；性格孤僻、意志薄弱；注重美感，情感世界丰富
	树枝横向	保护、帮助他人的倾向；因为外界的压力而妨碍了自我的发展
	树枝向上	追求成长和进步，对生活充满希望；重视感情，追求丰富的精神世界；不容易控制自己的情绪
	有断枝	个体在某方面感到无助感强；某方面在成长中受到过创伤

（续）

元素	表现形式	象征意义
树冠和枝叶	细致描绘枝叶	强迫倾向或完美主义倾向
	树枝比树干粗	内在相对匮乏，过分追求外界的认同
	大叶树	容易相处，容易产生依赖感，不愿意独立
	针叶树	不易相处，相对独立
	树叶茂密	心理能量充足，生命力旺盛
	树叶少	心理能量不足，生命力不足
	没有树叶	心理能量和生命力有衰竭感
树干	粗树干	心理能量充足，生命力强，行动积极有活力
	细树干	心理能量不足，成长中缺乏关爱和支持，自卑
	树干上有伤疤	成长历程中所受到的心理创伤 树干的长度代表年龄，从下至上代表成长历程，伤疤的位置象征着受创伤的年龄。（如来访者 20 岁，在树干的中部有伤疤，则象征其 10 岁左右时受到的创伤）
	没有树干	情绪抑郁，可能存在自杀倾向
	树干轮廓断续	焦虑紧张，冲动急躁
树根和地平线	没有地平线	容易受到外界影响，不敢坚持自己的想法；无依无靠，没有安全感；专注力不够，不注重细节
	地平线在树根的上方	缺乏自信，被动；对未来充满希望，想象力丰富
	地平线和树根相连	缺乏自觉性，被动；顺其自然的态度
	地平线不规则	环境的动荡和变化，缺乏安全感

（续）

元素	表现形式	象征意义
树根和地平线	纸张下方边缘作为地平线	缺乏安全感，试图从外界寻找依靠
	树根枯萎	缺乏滋养来源；生命早期阶段没有得到足够的关注和爱
	树根大而生机勃勃	追求安全感和稳定性；注重提高自我能力，不断从内部或外部吸收滋养和能量

（二）其他植物

树木一般象征了来访者的生长状态和生命历程。而其他植物如花、草等，也具有一定程度的原型象征含义。花具有美丽的外表和沁人心扉的芳香，是美丽的象征；花还能让生活环境变得更加丰富多彩，是生活态度和期望的象征；同时，在文化层面上，花和其他植物也具有一些原型象征含义。下表总结了常见花草的象征含义。

表 3－13　花草象征参考表

花草分类	花草象征
牡丹	富贵、荣耀、繁荣、尊严
菊花	秋天、宁静、丰收、不屈、低调
莲花	神圣、起源、纯洁、高尚
玫瑰	爱情、浪漫、美丽、热烈
竹子	坚韧、不屈、气节、理想
向日葵	生命力、阳光、追求光明和成就

（续）

花草分类	花草象征
兰花	高雅、坚贞、内敛、道德
梅花	勇气、傲骨、坚韧不拔；环境恶劣
草地	生机勃勃、希望、新生；焦虑、愤怒

四、建筑物象征分析

（一）具象画中的房屋

通常在“房树人测验”、画屋测验、风景构成法治疗材料中会出现。画房屋的人格投射测验由美国心理学家巴克于1948年开发，用以探索个体与家庭成员之间的自由联想和个体与外界环境互动之下的心理状态。

通常情况下，房屋象征了来访者的家庭状况和家庭关系，包括了来访者对家庭的看法、和家庭成员之间的感情、安全感、与环境之间的关系等。

表3-14　房屋象征参考表

元素	表现形式	象征意义
位置	纸面左方	过去家人对自身有着较大的影响
	纸面右方	更关注未来与家人的互动
视角	俯视图	对家庭及其所持有的价值观念的反抗和拒绝
	仰视图	感到自身在家中没有价值感和快乐，在家中没有得到尊重
大小	整体大小	房屋越大，象征着安全感越强

（续）

元素	表现形式	象征意义
形象	简化房屋	注重实用性，有功利倾向；缺乏想象力
	楼房	智力高，想象力丰富
	寺庙	注重精神追求和内心的宁静；有脱离世俗的想法
	城堡	心理防御较强；内心封闭隔离；寻求保护
	形状设计奇特	注重创造力和创新精神
屋顶	屋顶很大	想象力丰富；容易沉浸在幻想中而与外界隔离
	屋顶尖角状	坚持自己的想法和个性，自我意志力强；对他人怀有敌意；和家人相处有压力
	黑色屋顶	压力大；有抑郁倾向
	屋顶轮廓线粗而浓	压抑和控制情绪；焦虑倾向
	屋顶轮廓线断续	敏感紧张；脾气急躁；冲动，注意力不集中
	网状屋顶	
	过于细致描绘屋顶	内疚感；试图控制自己的想象力
	窗画在屋顶上	对自己要求严格，有完美主义倾向；强迫倾向
	屋顶上有烟囱	意志力和行动力较强
		有烟囱象征着对家庭氛围和家庭温暖的关注；注重创造力和想象力
		烟囱冒烟：内在的负面情绪紧张、焦虑、愤怒等迫切需要出口；家庭内部存在冲突

（续）

元素	表现形式	象征意义
墙壁	坚固	家庭关系稳定；自我意识较强，能坚持自己的看法和行为
	墙壁轮廓线粗而浓	压抑和控制自我情绪；焦虑倾向
	墙壁轮廓线拿尺画得整齐	重视规则，稳重；有完美主义倾向
	透明的墙	重视自由和创新；不注重自我边界；也有可能智力发育滞后
	墙壁左侧有阴影	想象力丰富；情绪压抑；性格内向；缺乏行动力；过去受到过创伤
	墙壁右侧有阴影	对未来生活的关注；对未来的生活状态存在担忧和焦虑
门	没有门	拒绝与他人沟通和接触，孤独封闭
	门较大	注重和外界交流沟通，性格外向；对外界有依赖性
	门较小	性格内向，不愿意与他人进行深入沟通
	门在侧墙	有从家庭逃离的倾向
	门在墙壁偏左	注重过去的影响
	门在墙壁偏右	注重对未来的想象
	门开着	自信，独立，有安全感；创造力强；愿意与他人沟通互动
	有门锁	对掌控力的追寻，主动
	有门把手	对安全感的强调

（续）

元素	表现形式	象征意义
窗	没有窗户	心理退缩倾向，不愿直面事实或问题；认为环境或他人对自身有威胁；孤独封闭
	窗上加锁	对环境或他人的恐惧感和敌意
	窗户打开	对外界和环境的接纳度较高
	完全拉上窗帘	对人际交往的逃避和抵触
	窗帘打开一部分	在人际交往中有所保留，显老练；追求美感
	口字形窗	直爽；开放的心态；愿意和别人沟通交流
	栅栏状窗	缺乏安全感而对自己过度保护；在家中常受到诸多限制
	多扇窗户形状不一样	理想自我和现实自我不一致
	有很多窗户	渴望与外部环境和他人的沟通
通向房子的道路	自然、恰当	人际交往中显得自然、恰当，比较得体
	路弯曲波折	不熟悉的人看来冷淡而谨慎；一旦建立友谊能深厚而长久

（二）其他建筑物

除了房屋之外，在来访者的具象画、抽象画或不限定画中，可能也会出现其他类型的建筑。这些建筑都有其外

观性或功能性的原型象征含义。下表总结了一些绘画心理分析中常见建筑物的象征意义。

表 3－15　其他建筑物象征参考表

建筑分类	建筑象征
篱笆、栅栏	人际关系中的自我界限；自我保护倾向
桥梁	沟通和联结；完成目标的途径；期待转变
商店、旅店、饭店	暂时的帮助和补给；人际关系中表面化、利益化的部分
医院	灾难或恐惧中的保障；对环境的不安全感
图书馆	精神上的滋养；期待自我提高
庙宇、教堂	智慧、包容、慈爱；精神归宿，精神上的支持和保护

五、 景观象征分析

在抽象画或不限定画中，很多来访者也会自发地在画面中展现出自然景观。部分来访者在“房树人测验”等具象画测验中也会画出诸如太阳、月亮、河流之类的景观。常见的自然景观及其象征含义如下：

表 3－16　景观象征参考表

景观分类	景观象征
太阳	温暖、热烈；权威，规则； 夕阳可能象征着抑郁等负面情绪

（续）

景观分类	景观象征
月亮	情绪低落，抑郁倾向；女性、温柔
星星	身体或情感上的剥夺；希望；智慧
云	焦虑紧张；存在的困难；
	乌云象征情绪的低沉抑郁
下雨	情绪低落
下雪	情绪低落，有抑郁倾向；所处环境恶劣
森林	未知的领域；本能的冲动
山	目标、抱负；保护、安全感
河流	活力、和外界交流；滋养、能量的流动

六、 抽象图形象征

在抽象画中，最常见的表现部分就是各种随心而画的涂鸦线条或图形。有些图形是以实物为原型创作的，比如说花、树、动物等形象，此时静态意义的分析可参考上述有关各类事物的象征参考表来进行。但更多时候，抽象画中包含了没有明显实物原型的形状，如圆形、方形、三角形等。

形状和实物一样，在人类进化、文化与宗教发展的漫长岁月中，也在人类的集体无意识中形成了原型层面的象征含义。荣格曾经论述过抽象图形的原型象征意义：“大量的东方人用于冥思的形象纯粹是几何图形；这些图形被称之为具，除了圆形之外，一个非常普遍的具的主体由两

个相互渗透的三角形，一个朝上，一个朝下构成……从心理象征主义的角度来看，它表现了对立的统一——自我的个体的、暂存的世界与非自我的个体的、永存的世界的统一……这种相互渗透的三角形……象征着心灵的整体或曰潜意识自我，意识正如潜意识一样只是它的一个组成部分……抽象的圆形也出现在禅宗绘画里。在谈到一幅名为《圆》、由著名的禅宗大师三戒所作的画时，另一位禅宗大师说道：‘在禅宗中，圆代表着澄明。它象征着人的完美之境。’”㊀

图 3－16　小组体验作品

以上作品是本书作者参加小组体验时，小组部分成员

㊀ 卡尔·古斯塔夫·荣格. 荣格作品集第一卷［M］. 张月译. 南京：译林出版社，2014：299－300.

的作品，作品为抽象画，主题是我心目中可接受的人和讨厌的人。从四位小组成员的描绘来看，表达“好”和“不好”的特质所选用的形象，都具有一定程度的相似性。从形状上来看，都使用了圆形或椭圆形来描绘心目中“可接受”的人际关系互动方，而使用带有尖锐棱角的图形来描绘心目中“讨厌”的人际关系互动方。这些作品可以直观地反映出集体潜意识中有关人际关系互动方的图形象征。

和具象图形相比，抽象图形较为不容易被意识觉察和识别。因此，从某种程度而言，同具象图形相比，抽象图形反映的是更加真实、更为稳定的心理特质和心理状态。表 3－17 总结了几种常见抽象图形的象征含义。

表 3－17　抽象图形象征参考表

抽象图形	象征含义
方形	规则、稳重、沉稳、坚固
三角形	尖锐、敏锐、侵略性、稳定
圆形	包容、柔和、圆满、圆滑、整合
心形	爱情、爱心、美丽、热情
五角星	信仰、神圣、荣誉、目标
不规则图形	扭曲、压抑、混乱、叛逆、创新、突破

七、　名家绘画内容案例分析

如前文所述，分析绘画内容和释梦一样，可以从客

观和主观两个层面同时进行，我们结合名家作品来看一下如何从这两个方面来对绘画内容的象征意义进行分析探讨。

（一）威廉·哈默休伊：一生只画妻子背影

图 3－17　哈默休伊作品一

威廉·哈默休伊（1864—1916）是丹麦画家，1891 年结婚后和妻子一起定居于丹麦哥本哈根直至逝世。1898 年至 1909 年，哈默休伊与妻子住在位于哥本哈根的一间公寓里，这间公寓中的日常生活成了他大量画作的主题。哈默休伊在 52 岁的时候因癌症逝世，死后没有留下任何日记可供追溯，在死之前也销毁了所有的信件，他被描述成一位

羞怯、隐匿的人物。

图 3－18　哈默休伊作品二

从绘画色彩上分析，结合本章第一节的内容，哈默休伊的作品大多数都使用低调的不饱和色，这与晚期梵·高作品的高纯度饱和色恰好对立。因此，从色彩上分析，这象征着其个性上的低调、内敛、隐藏。

在绘画内容上分析，哈默休伊大多数传世之作中的绘画主题都是自己家中的一个角落以及妻子的背影。

从人物的选择上来看，哈默休伊倾向于选择自己的妻子这一特别熟悉的亲密关系人物作为描绘对象。在客观层面上，这象征着与配偶间的亲密关系；在主观层面上，这

还有可能象征着画家内在的阿尼玛。

从人物的描绘上来看，在人物画中，偏好选择背影作为描绘对象者有这样几种可能的心理倾向：对自我的保护，不愿面对真实的自我，对现实有拒绝和逃避倾向，或是避免表达情感，害怕失去控制。因此，从内容和描绘形式上来看，我们可以假设，在客观层面，在和妻子的亲密关系中画家感受到对方的拒绝或逃避，或是避免表达情感、对情感始终高度控制的姿态；在主观层面，画家内在的阿尼玛可能始终被压制、被拒绝、被逃避，被忽略和压抑的内在部分一直都被避免着表达情感，因其害怕失去控制。

很多医学研究都表明，癌症是情绪上长期压抑的结果，画家52岁时因癌症而逝世，因此，结合画家本人的资料、画面色彩和主客观两个方面的画面内容分析来看，画家个性上是低调、隐藏的，内心的某一部分长期被压抑，没有得到充分的关注和表达，身心的压抑最终导致了疾病。

（二）马列维奇：抽象的几何图形

卡西米尔·塞文洛维奇·马列维奇（1878—1935），是“至上主义”倡导者、几何抽象派画家。他1878年生于波兰基辅的一个贫困家庭，艺术生涯始于1900年，1904年他迁居到莫斯科后开始学习美术，但并不满足于当时流行的美学原则，并开始探索适合自己

的艺术道路。

1913年开始，马列维奇开始了“至上主义”绘画风格的创作——用铅笔在白底子上画了一个黑色的方块，这是他的第一幅至上主义作品。

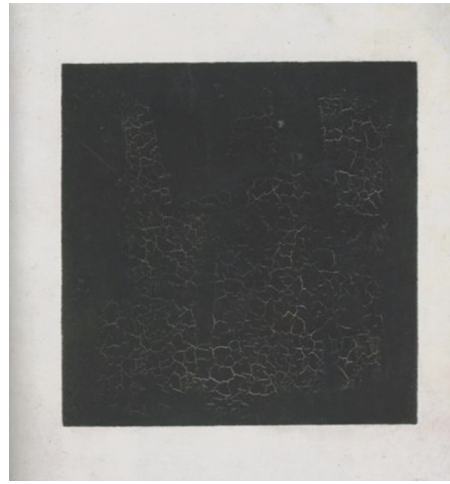


图3-19　马列维奇《白底上的黑色方块》

荣格曾将马列维奇的高度抽象和马赛尔·杜尚的高度写实联系在一起进行分析，认为这是艺术品创作的两个极端，即指向自然之物（物质）和自然非物（精神）的两种姿态，这种物质和精神的对立倾向，暗示着一种集体心理的断裂。“在第一次世界大战的灾难降临之前的岁月中创造其象征性表征的集体心理的断裂，这种二元对立的存在赋予了在现代艺术中寻求表象的心灵境遇以

典型的特征。”[㊀]

结合荣格的分析，我们可以推测，在客观层面上，当时的战争所引发的灾难，让画家在社会生活环境中感受到了这种断裂；在主观层面上，这种断裂也内化在画家自身的心理状态中。因此，在创作上，画家用对立的极端来展示这种断裂。

正方形象征着规则、稳重、沉稳、坚固，可以让个体感受到规则、安全、被保护，因此，正如马列维奇自己所说，“在我为了从物的世界的重压下解放艺术而进行的绝望的拼搏途中，我躲避到这个正方的形式之中安身”，这幅作品在客观层面上，象征着作者对稳定和安全感的强调。

结合当时的社会环境和主客观两个层面的画面内容分析，我们可以推测，战争的灾难让人们的集体无意识产生了断裂，这种断裂也以对立极端的形式反映到了艺术品的创作上，画家的内在感受到“精神”和“物”这两者是断裂的，对立的，因此他通过追寻其中一个对立面“精神”，抛弃另一个对立面“物”的方式来描绘这种断裂，但是对于画家来说，抛弃另一面又使其体会到了一种不安全感，因此在他的第一幅象征断裂的作品中，需要用一个黑色的，稳重、坚固、有安全感的形象，让自己“躲避到这个

㊀ 卡尔·古斯塔夫·荣格. 荣格作品集第一卷［M］. 张月译. 南京：译林出版社，2014：316

正方的形式之中安身”。

（三）徐渭：画成雪竹太萧骚，掩节埋青折好梢

徐渭的坎坷人生在本章第二节绘画色彩分析中已介绍过。除了绘画色彩之外，徐渭的绘画内容也有其个人特色。除了黑色的牡丹之外，从他笔下所描绘的其他植物也可以读出其个人经历。

图 3－20　徐渭《雪竹图》

在中国古代，竹子有坚韧、不屈、气节、理想的象征意义，因此，历代中国画大师均对竹子进行过细致的描绘。和众多古代画家一样，徐渭也爱描绘竹子，所不同的

是，他笔下的竹子，多数处在风、雨、雪等严酷的自然环境之中，很多时候，徐渭借竹写风、写雨、写雪。在描写雪中之竹时，徐渭曾写过一首题画诗：画成雪竹太萧骚，掩节埋青折好梢。独有一般差似我，积高千丈恨难消。这首诗中，徐渭用了“掩”“埋”“折”等语词来强调冰天雪地的外部环境对竹子的压迫。

竹可以看作是徐渭自身的投射，而竹子所处的暴风骤雨、冰天雪地的环境，则是其成长历程中一直无处不在的恶劣严苛的外界的象征。在客观层面，徐渭的生活环境，尤其是童年时代的生活环境确实是恶劣的。然而，在主观层面，这种童年时期和外部环境的互动模式已经内化到他的内心之中，以至于成年之后他即使有了才华、有了能力，也不断选择将这种内化了的互动模式投射到自己和现实外部世界的互动中，一次次重复着童年弱小无助时的悲剧。所以，从心理学角度我们可以假设，在某种程度上，成年后的徐渭在和外界环境的互动中，始终沉浸在童年的悲剧中，一直没有真正走出来。

第五节 绘画笔触分析

绘画中的笔触指的是在绘画中的运笔的形式，在绘画作品中，下笔的轻重力度、规则秩序、线条的形态等信息，都属于笔触的范畴，也是绘画心理分析所要研究的

对象。

在绘画心理分析创作过程中，相对于绘画的色彩、构图、内容等，笔触是个体最难以有意识地加以控制的元素。比如，对色彩、构图、内容，意识层面均可以或多或少地加以控制和选择，相对容易受到专业训练的影响。但是笔触却反映出更深层次的潜意识信息，个体在创作的时候，可能会有意识地选择色彩，按照专门的绘画技巧来布置构图和绘画内容，但在笔触上，却很难在意识层面进行主动的控制和调整。

因此，绘画中的笔触和书写中的笔迹从深层次来说是一样的，都能够反映出个体的心理状态及心理特质，而相对于色彩、构图、内容而言，笔触往往反映出更深层次的状态或特质。本书作者在进行美术类高校学生绘画作品的分析时，有部分作品并非是在心理咨询室中完成的，而是来访者在平时美术课堂作业或自身兴趣爱好的驱动下完成的作品，在绘画色彩、内容、构图方面，往往受到一项或几项条件的限制，此时，笔触分析在绘画心理分析中就占据了更重要的位置。

一、 笔触风格分析

绘画笔触分析通常从笔触的规则秩序、笔触的力量轻重、笔触的形态等几个方面来进行。

（一）笔触规则与心理

笔触的规则秩序象征着对规则的重视程度和对安全感的关注及渴求程度。如果画作的线条是有秩序的，则象征着绘画者重视与渴求规则，个性冷静克制，在社会生活中对既定规则较为依赖，生活的各方面处理得井井有条，通常有压抑自己去适应社会规则和秩序的倾向；在极端情况下，过分地追求笔触线条的规则秩序，则代表了强迫和完美倾向，以及不安全感和对没有规则可以遵循的恐惧。在具象画如“房树人测验”中用直尺来画房屋线条，在抽象画中用圆规来画圆形等情况都属于这一类。

相反，如果绘画的笔触是无序凌乱的，则代表了个体的特立独行和灵活性，对于打破规则和限制的渴求，以及对于自由的向往，对自己和本能的尊重。在极端情况下，笔触过分混乱，则代表了对社会规则的蔑视，也有可能是被压抑的能量的一种宣泄。

表 3－18　笔触规则秩序象征参考表

规则秩序	象　　征
笔触有序	重视社会规则且自信，生活井井有条，个性冷静克制，符合社会规范
	笔触过分有序时，象征着完美主义或者强迫倾向
笔触无序	特立独行，打破陈规，不遵守社会规范；向往自由、尊重本能，有时被本能所操纵，纵欲倾向
	笔触过分混乱时，则象征着对社会规则的蔑视，也有可能是被压抑的能量和愤怒的一种宣泄

（二）笔触力度与心理

力度象征着个体的自信心和行动力。在笔触分析中，有力度的笔触，往往代表绘画者的自信心和行动力较强，心理能量较高；而过分用力的笔触，则代表攻击性及情绪不稳定，在有些情况下代表患有精神疾病。相反，如果绘画力度较轻，则代表绘画者内心轻松，对生活环境感到轻松和乐于妥协，有时候也代表了依赖和情绪化的倾向，不能很好地适应环境。除了心理信息之外，笔触力度有时还投射出个体的身体状况，身体健康强健的个体，笔触力度往往较重；而身体虚弱的个体，笔触力度往往也相对较轻。

表 3－19　笔触力度象征参考表

力　　度	象　　征
笔触有力	心理能量高，自信；身体较好；情绪不稳定，攻击性和敌对倾向；极端情况下也象征着精神疾病 如果是画面某个部分笔触力度大，则为对该部分有敌意，或有相关个体情结因素
笔触无力	向往自由，处世灵活；与世无争，温和不伤害他人；尊重自己和他人；有时表现为心理能量低或身体虚弱

（三）笔触形态与心理

本书作者在心理咨询室中进行的绘画心理分析中，采用的材料大多是油画棒，油画棒笔触的形态大多数时候表现为线条。彼特和梅里菲尔德曾经做过这样一个试验，他们要求一些成年人根据一些形容词画出他们认为最符合的

线条。结果发现：愉快、高兴、幸福等被画成上行的线条；悲伤、死亡、不快等多是下行的线条；激烈、躁动、疯狂等多是曲折断裂或不规则线条。[㊀]此外，在工作实践中发现，当个体情绪稳定，注意力集中的时候，此刻大脑控制力更强，手更容易画出比较长的、形状规则的线条；当个体焦虑紧张的时候，四肢末端神经的控制力受到影响，画长线条就较为费力和没有耐心，此刻个体无意识地会选择用短线条断断续续地叠加来代替长线条。

表 3－20　线条形态象征参考表

线条形态	心理象征
长线条	能够较好地控制自己的行为；但有时会压抑自己，可能比较内向
线条断断续续	不安、紧张、焦虑；冲动
强调横向线条	无力、害怕；自我保护倾向；女性化
强调竖向线条	自信和果断
上行的线条	愉快、高兴、幸福
下行的线条	悲伤、不愉快
强调曲线	温和；期望远离常规
线条过于僵硬	自信、固执、武断；攻击性
不断改变笔触的方向	缺乏安全感
不规则线条	躁动、焦虑
锯齿状线条	敌对倾向、攻击性
笔触反复涂抹叠加	情绪上的紧张、焦虑

㊀ 罗丝琳娜·达维多．涂鸦解密——儿童绘画心理透视［M］．陈霞译．杭州：浙江教育出版社，2007：20－21

值得注意的是，绘画笔触中线条的形态，有时候是和绘画内容结合在一起加以分析的。尤其是在抽象画中，图像的内容包括抽象图形和线条等，此时线条既是笔触的反映，也是绘画的具体内容，在绘画心理分析时具体的元素并没有明确的界限。

二、 名家绘画笔触案例分析

（一）鲁本斯和巴斯奎特：规则秩序的对比[㊀]

对比两位画家：鲁本斯和巴斯奎特的性格和作品，可以直观地感受到笔触有序和笔触无序的特点在个性中所呈现出的差别。

鲁本斯（1577—1640）出生于德国，少年时代开始就接受正统的贵族式教育，精通多门语言。21 岁时就获得了安特卫普画家公会的承认，成为一名正式画家。纵观鲁本斯的一生，他社会声望良好，博学多才，与当时欧洲几乎所有显赫家族都有交情，欧洲上流人士以获得他的作品为荣，由于订单应接不暇，鲁本斯创办了一家私人画室，雇佣了许多助手。后来还得到西班牙王室的委任，出访欧洲多国进行外交工作，其中最为著名的成就是成功地帮助西班牙和英国缔结了友好关系。鲁本斯个性中包含很强的人格魅力，在丰富的创造力和想象力的同时，又拥有冷静的判断力。他自控能力强，博学多才，待人接物合情合理，处处受到欢迎。而他的

㊀ 赵阳，李超．油画笔触的心理学解读［J］．才智，2010（34）：180－181.

作品，笔触合乎规则，重视秩序，他的个性风格在绘画笔触中体现了出来，从下图的自画像和夫人的画像中可以看出：

图 3－21　鲁本斯《自画像》

图3－22　鲁本斯《鲁本斯的夫人》

而在笔触凌乱无序的画家中，最极端的例子就是巴斯奎特（1960—1988）。巴斯奎特是美国画家，他的绘画是完全出自本能的涂鸦。他没有受过任何正式的美术教育，绘画笔触也不受任何画法的限制，线条随意，没有任何规律性。巴斯奎特只能从非传统的资源中寻求出路，如非洲

图 3－23　巴斯奎特作品一

艺术，儿童绘画、精神异常的人所创作的绘画等，从而使他的绘画具有更强的表现主义风格。巴斯奎特被内心的情感和本能所操纵，在绘画创作的过程中藐视绘画法度，在生活中也类似，纽约的画廊把他包装成有名的画家，使他在短时间内成名并拥有了巨大的财富，但成名以后，他依然藐视社会规则和秩序，过着奢华的生活，挥霍无度，率性而为。他 24 岁时开始从事绘画创作，28 岁就因过量吸毒去世。图 3－23 和图 3－24 均为巴斯奎特的作品：

图 3－24　巴斯奎特作品二

（二）夏加尔：对世界温柔以待

鲁本斯和巴斯奎特在笔触上无论是有序还是无序，共

同点都是笔触富有力度。与笔触有力相反的风格是笔触轻柔。通常来说，在绘画中，笔触轻柔象征着个性温和、与世无争，沉浸在自己的天地中自得其乐；有时也象征着性格内向，害羞拘谨，会刻意和他人保持距离，有自我保护的倾向。

这种笔触风格的代表人物是夏加尔（1887—1985），他的作品下笔普遍很轻，柔和松弛，画笔只是轻触画布。夏加尔是犹太人，出生在俄国，在有生之年经历过第一次世界大战和第二次世界大战。众所周知，在第二次世界大战时期，犹太人遭到了纳粹分子惨无人道的迫害，整个欧洲的犹太人都感受到了恐惧，人心惶惶。但是，夏加尔始终是个热爱生活的人，他的性格内向，同时与世无争，热爱生活，喜爱无拘无束的田园风格，他的作品有很多都表现了自由自在、与世无争的田园生活画面。同时，夏加尔相信爱情，对爱情很专一，最大的幸福是沉浸在与妻子贝拉的美好而平淡的婚姻生活中，和贝拉生活中的很多幸福的瞬间如结婚、和妻子散步、给孩子洗澡等，都成了夏加尔的创作灵感来源，两人在一起生活了30年，贝拉去世后，夏加尔创作了很多画作表现自己对妻子的哀思。他一生心态良好而轻松，活到了98岁。

图 3－25　夏加尔《散步》

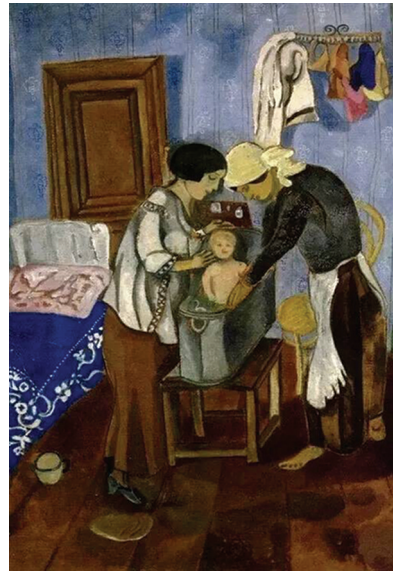


图 3－26　夏加尔《给孩子洗澡》

（三）梵·高：克制下的疯狂

和色彩相比，笔触往往反映出个体更深层次的潜意识信息。下图的梵·高作品《自画像》作为色彩分析案例在本书中出现过。这幅作品是其在精神病发作期间创作的，创作这幅画的时候，梵·高的病情略有好转，他自己也将这幅作品看作是自己状态好转的标志，在给友人的信件中，梵·高称自己有意识地将作品画得“简约质朴”些。

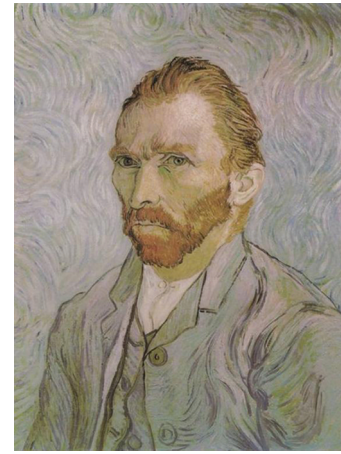


图 3－27　梵·高《自画像》

从远处观察这幅作品，纯粹从色彩方面来分析，可以看到梵·高使用了低调的不饱和色，而舍弃了一贯的鲜艳饱和色，这象征着其在意识层面对狂躁情绪的控制。然而，如果离得较近去观察这幅作品，就可以觉察到笔触线条上的特点明显具有梵·高后期作品的特色——强调曲线、不断改变笔触方向。对照上表的线条形态分析，可以感受到梵·高潜意识层面对于常规的厌恶和深深的不安全感。只是这些负面心理状态被梵·高的意识暂时压制。当意识的控制力减弱的时候，潜意识中的这些负面因素就会继续以狂躁的形式展现出来。

（四）徐渭：潜在的抗争

在本章绘画色彩和绘画内容的名家案例分析中，我们分别从画家徐渭的情绪特点及其与外界环境的互动这两方面分析了其心理特质。在笔触方面，徐渭开创的泼墨大写意风格也极具个人特点。

右图是徐渭的代表作《五月莲花图》，从远处构图上看，绘画元素的分布整洁而错落有致，荷叶、荷花、茎秆也都栩栩如生，象征着控制感的长线条远看也井然有序。

然而，这种泼墨大写意风格，如果将作品近看或放大其细节观察（如下图所示），则难以推断出绘画内容是荷叶、茎秆，只能看见凌乱而无序的线条和墨块。

图 3－28　徐渭《五月莲花图》

图 3－29　《五月莲花图》的局部细节

笔触象征着最深层次的特质，远看时构图的错落有致和长线条的井然有序，和近看时笔触的狂放凌乱，这一矛盾一方面象征着徐渭人际关系互动中远距离和近距离的差别——在相对较为疏远的人际关系中，徐渭作为儒家知识分子的代表，是彬彬有礼和冷静克制的，他打破陈规、发泄压抑愤怒的一面，很多时候是以自己，或是亲密关系中的他人为对象的；另一方面也象征着尽管在意识的控制下，他能够展示出儒家文化所倡导的礼仪

和规范，如积极地追求社会所认可的科举功名，虽然考场屡屡不顺，却是依然没有放弃希望和追求，但在潜意识层面，他却是希望能够特立独行、打破陈规，甚至对社会规则的态度是充满蔑视的。这样的笔触特点，可以看作是徐渭的一种潜在的抗争。

众所周知，明朝科举考试的制度是八股取士，考题范围和答题模式都被严格地限定在一套近乎僵化的规则中，这与徐渭潜意识中“打破规则、蔑视规则”的倾向是格格不入甚至截然相反的，他对于八股考试的形式和内容可能发自心底地厌恶，因此，纵然他才高八斗、学富五车，意识层面也积极地追求科举功名，然而潜意识却会在各种他无法觉察的细节中表现出来，因而造成了他一次又一次的考场失败。如果徐渭能够认识到潜意识中的这一点，觉察它的存在，倾听它的表达，而不是一味地用外化或内化的社会规则去压抑它和否定它，那么即使科举不中或没有得到社会认可，或许也能拥有更加平静和更加积极的心态。

第六节 静态分析案例

当一幅画摆在面前的时候，我们能够看到画面的色彩、构图、内容、笔触等信息，就可以根据投射和集体无意识等理论，并参考本章中所总结的 4 个维度的象征含义，来推测作者大致的心理特质和心理状态。但是，同一物体的

象征意义是多面的，正如在每一张参考表中，同一个元素的象征含义是多面的，如蓝色的原型含义可能是广阔，也有可能是忧虑。所以，在实际操作的时候，除了以上象征意义之外，我们还需要结合来访者的前期资料来综合分析。

一、 案例一

图 3－30　静态分析案例一

作者：美术类专业大学生（大二，女）

案例一为“房树人心理测验”作品。来访者是美术专业女生，大二。因长时间情绪低落，在辅导员老师的陪同下来到心理咨询室接受评估和咨询。来访者神情疲惫，话少，对咨询师的提问长时间沉默不予回应。咨询师初步判定该生可能存在抑郁倾向。因难以通过语言建立咨询关

系，咨询师提议通过绘画的方式表达其情绪状态。来访者表示接受。

（一）画面特点

从色彩来看，来访者这幅画的主要色调为深蓝色，亮度低，同时包含了浅蓝色调，上部夹杂着少许黄色调、紫色调等；从构图维度和内容维度来看，整个画面占纸面面积比例较大；画面展现了咨询师所要求的房子、树木、人，房子只画了屋顶，树木很小并长在屋顶上，人背对着观众并坐在屋顶上，房树人主要位置处于纸面的左下方，视角为俯视；整幅画被下边缘线和左边缘线切断。除了房子、树木、人之外，来访者还添加了月亮、星星等。笔触力量适中，秩序、线条无明显特点。

（二）静态分析

对照本章的静态分析象征参考表，从原型象征中分析绘画者的心理状态及特质如下：

从色彩来看，结合咨询师对来访者的第一印象和所掌握的前期资料，深蓝色调更可能象征着忧虑状态；浅蓝色调可能代表着感性等；黄色可能象征着荣耀、希望或排斥等；紫色象征着威胁、哀伤等。

从构图和内容来看，作为主体部分的房、树、人的面积相对较小，其中树木的比例最小，房子只画出了部分——屋顶，象征了来访者对自身状态、成长历程、家庭和安全感的一种逃避和拒绝直面；整幅画被下边缘线和左

边缘线切断，象征着极度缺乏安全感，且对未来存在逃避倾向；树木和人的位置都很奇特，都是在屋顶上，这一虚幻的场景，可能象征着自我状态和成长历程中缺乏现实的心理滋养和力量来源。

房屋只画了屋顶，视角呈俯视，象征着对家庭或家庭价值观念的拒绝；人物为坐姿，象征着心理能量低，动力小，情感耗尽；人物呈现的是背影，象征着自我保护，不愿面对真实的自我，对现实有拒绝和逃避倾向，或是避免表达情感，害怕失去控制；树木比例非常小，象征着性格内向，自卑，无力；树干细小，象征着心理能量不足，成长中缺乏关爱和支持，自卑，同时树冠相对于树干的比例过大，象征着对自身的要求已超过自身的能力和承受力。

画面中展现了月亮、星空，结合来访者状态和本章的象征参考表，可以认为月亮象征着情绪低落和抑郁倾向，星星象征着情感上的剥夺。

（三）总结指导

1．总结

综合以上静态分析的结果，来访者可能存在如下情况：

目前可能有明显的抑郁倾向。心理能量低，表现出无力感，有自卑倾向，缺乏安全感和有效的社会支持；对未来有逃避倾向；在成长历程中，可能缺乏充足的支持和关爱，被忽视；对家庭观念是拒绝和逃避的；不愿意表达情

绪情感；意识层面对现实和成长状况都是拒绝而不愿意直面的，这可能是出于自我保护的需要。

2．指导

（1）按规定将来访者转介医院，接受进一步诊断及治疗，并与来访者制定每周一次的心理咨询计划。

（2）在接下来的心理咨询中，可将咨询方向逐渐引导至来访者的成长历程、家庭关系上；鼓励来访者感受和表达自己的情绪和情感；也可进一步进行绘画心理动态分析，帮助来访者体验和觉察个人情结。

二、 案例二

案例二为画树心理测验作品。来访者是美术专业女生，大四。初次来心理咨询室寻求帮助主要是因为其在求职就业过程中遇到了困难，希望能掌握求职技巧和情绪调节的方法，以应对求职过程中的困难和调节求职过程中产生的心理压力，来访者给人的第一印象感觉是有想法，有主见。面询过程中，随着谈话的深入，除了求职压力之外，来访者诉说了其在同伴中遭遇的人际关系压力和家庭带来的压力。在第 3 ~ 4 次面询时候，随着咨询的不断深入，来访者出现了明显的阻抗。咨询师感受到咨询阻力之后，提议通过绘画的方式来继续咨询，来访者表示接受。

图 3－31　静态分析案例二

作者：美术类专业大学生（大四，女）

（一）画面特点

从色彩来看，来访者这幅画中主要色调为绿色和棕色，符合树木的一般色彩结构，比较写实；从构图维度和内容维度来看，画面总体面积占纸面面积较大，树冠大，并被纸面上边缘切断；树的根部被纸面下边缘切断；树叶描画得很细致仔细。

（二）静态分析

因此，对照本章的静态分析象征参考表，从原型象征

中推测作画者心理状态及特质如下：

从画面总体和色彩来看，画面中的树木对树木实物的还原度很高，来访者使用了美术生惯常使用的写生手法来描绘树木，这可能是一种心理防御，用习惯性的对实物表面化的模仿来避免在画面中暴露出核心问题。

从内容和构图来看，画面整体面积大，一种可能性是象征着心理能量的充足、自信、攻击性、情绪化、躁动倾向；另一种可能性是内心的无力感外在的反向表现。参照来访者在前期咨询阶段的表现，咨询师认为其心理能量较充足，自信，且比较情绪化。

树木整体靠左，象征着受过去的经验和女性长辈的影响，被动，感性，审美能力强；树冠较大，且被纸面上边缘、左、右边缘切断，象征着自信心和成就动机较强，但有时候会过分自信，想象力丰富，容易沉浸在幻想中，但行动力较为欠缺；树的根部被下边缘切断，象征着情绪冲动，但对情绪是压抑的；树叶描画细致，象征着有完美主义倾向或强迫倾向。

（三）总结和指导

1. 总结

综合以上静态分析的结果，来访者可能存在如下情况：

心理防御较强，在咨询中以明显的阻抗表现出来；成长过程中受到母亲的影响较大，被动，感性，审美能力强；自信心和成就动机过强，想象力丰富，容易沉浸在幻

想中，但行动力欠缺；情绪的主观感受是冲动强烈，表面上却被压抑；有完美主义倾向或强迫倾向。

2．指导

在接下来的心理咨询中，可引导来访者感受和表达自身真实的情绪、观点、期待等；以其在现实中遇到的就业问题、人际关系等问题为切入点，帮助来访者寻找成就动机强却缺乏行动力，以及情绪体验强烈被压抑不去表达的原因；适时建议来访者理性分析自身在就业中的优势和劣势，降低就业要求，并制定提高就业行动力的计划；帮助来访者觉察其与父母互动过程中的情绪体验和感受；注重在此过程中正确处理来访者出现的各种咨询阻抗。

三、 案例三

图 3－32　静态分析案例三

作者：美术类专业大学生　（大一，女）

案例三为房树人绘画心理测验作品，出自绘画心理工作坊成员。作者为美术类专业女生，大一。来访者第一印象是乖巧、温柔，相貌秀气。

（一）画面特点

从色彩维度来看，来访者这幅画中的主要色调为浅绿色、橙色等；从构图维度和内容维度来看，整个画面占纸面面积比例较大；画面展现的是夜晚的情景，树木为柳树，人在房屋里；除了房子、树木、人之外，来访者还添加了月亮，屋檐上坐着一只猫等。总体笔触力量柔和，无秩序，线条断续。

（二）静态分析

因此，对照本章的静态分析象征参考表和对来访者的印象及其前期资料，从原型象征中分析来访者心理状态及特质如下：

从色彩来看，树和布满画面大部分的草地，都选择了用浅绿色来描绘。浅绿色是生命力、和平、善良的象征；而用来描绘房屋的橙色则象征着活泼、天真，也有可能象征着警戒和焦虑。描绘月亮和猫的深蓝色调更可能象征着忧虑状态。

从构图和内容来看，人的位置是在房屋中的，和一群人在一起，在客观层面，这象征着来访者希望外界有一群

朋友和一个能够保护自己的、温暖的家庭或场所，在主观层面，这可能象征着来访者在内心中构建的一个有安全感和有所支持的想象世界，且其愿意待在这个内心世界中；门上有把手，象征着对安全感的强调；树木为柳树，树枝是下垂的，象征着情绪上的低落，或是对女性优雅美感的重视；画面表现的时间在夜晚，这象征着来访者所处的环境在客观层面让其感受到了低落，在主观层面也可能是来访者将其与外界疏离的内化；月亮和猫象征着情绪上的低落和女性乖巧温柔的一面；草地和烟囱都象征着不安、紧张、焦虑、愤怒。

笔触的无秩序象征着被压抑的能量的宣泄，然而笔触力度却是较轻的，说明这种宣泄没有明显的力量，断续的线条也象征着紧张和焦虑，这在对象征着焦虑不安的草地的描绘中更加明显。

值得注意的是，按照绘画心理分析“由远及近”的原则，浅绿、橙色等色彩象征的生命力、善良、清新等个体较为表层的心理状态和特质，对应在较远的、不熟悉的人际关系中所展现出的状态，是来访者意识层面较为自我认同的状态，这与咨询师对来访者的第一印象是相符合的；将画拿近之后，内容和笔触上所象征的紧张不安和焦虑愤怒等情绪便会展现。这说明来访者深层次的负面情绪缺少意识层面的关注。

（三）总结指导

1．总结

综合以上静态分析的结果，来访者可能存在如下情况：

可能近期内情绪低落；女性的温柔、优雅等特质表现较为明显；存在焦虑、不安、紧张等情绪，但这些情绪大多数时候被压制了；对有人陪伴和拥有足够的社会支持是向往的，意识层面也在努力寻求外界的认同，然而潜意识中已内化了与外界的疏离感，导致在与外界的互动中，经常会感受到来自外界的疏离。

2．指导

逐步引导绘画者去感受、觉察、接纳其深层次的心理状态或心理特质。包括紧张焦虑、愤怒不安等负面情绪，寻找这种负面情绪出现及持续存在的原因，也包括其意识层面努力寻求外界认同，潜意识层面却对外界有着疏离感的原因。

四、 案例四

案例四为抽象画作品。来访者是中央美术学院人文类专业女生，大三。因学业及生涯发展规划问题主动来心理咨询室接受发展类咨询。面询过程中随着谈话的深入，除了学业压力之外，来访者诉说了作为高级知识分子的父母在学习和生活上给自身的压力。咨询师建议来访者以抽象

的方式将家庭成员表现在画纸上。

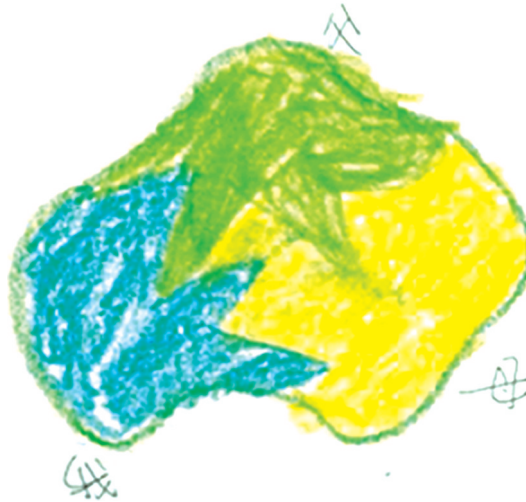


图 3－33　静态分析案例四

作者：文科类专业大学生（大三，女）

（一）画面特点

从色彩维度来看，来访者这幅画中的主要色调为浅绿、深绿、黄色；从构图和内容维度来看，画面主体由一个独立的封闭元素构成，该独立元素又由三个相互契合的元素组成，分别代表父亲、母亲和自身。画面整体位于纸面的中心；从笔触维度来看，笔触有力。

（二）静态分析

因此，对照本章的静态分析象征参考表，从原型象征

中推测来访者的心理状态及特质如下：

从画面色彩来看，绿色象征着生命力、希望、文雅、理想等，来访者用绿色来描绘父亲和自己，象征着自己和父亲在某些方面的相似性；描绘父亲的绿色明度更高，描绘自身的则要暗一些，在客观层面，这可能象征着在外在个性上，父亲更加理想化、正面因素多，而自身的负面因素要更多，在主观层面，这可能象征着来访者内在的父亲角色对内在的孩子角色不认同；此外，整个家庭象征元素轮廓线的描绘也采用了和父亲色彩相同的浅绿色轮廓线，这可能象征了家庭的外在形象或与外界环境的互动过程中父亲所占据的主要角色；描绘母亲的色彩则区别于父女二人采用了不同色系，是象征着温暖、热情、成熟、谦和的黄色。

从画面构图和画面内容来看，画面整体居中，象征着在来访者客观和主观层面家庭和环境互动中总体的和谐；画面整体呈独立的结合的个体，象征着家庭成员之间的联结较为紧密；整个构图的外部呈不规则曲线状，但是内部象征着父亲和自身的元素却是有尖锐棱角的，这象征了家庭和外界互动时的表现是温和的，但是内部家庭成员之间的互动却有着尖锐的状态或特质，这种尖锐性主要表现在父亲和自己的状态或特质中，而母亲的状况却是包容的；元素位置分布上，父亲占据靠上的位置，而母亲和自身则

占据了靠下的位置，这可能象征着父亲角色更加关注精神层面的追求，而母亲和自身则相对关注物质层面和现实层面。

从笔触来看，来访者笔触有力，象征着心理能量较强。

（三）总结和指导

1．总结

综合以上静态分析的结果，来访者可能存在如下情况：

家庭成员之间的联系较为紧密；来访者与父亲较为相似，在意识层面对父亲的认同度较高；父亲在家庭与外界的互动中占据主导地位，其互动模式也影响到其他家庭成员包括来访者自身；家庭和外在环境互动中的表现是温和的，但是内部有棱角，这种模式也从客观层面内化到了来访者自身主观模式中。

2．指导

在接下来的心理咨询中，可引导来访者进一步体验与存在于自身和外界互动中的温和，以及内在的尖锐相关的状态和特质；在和父母关系的处理上，引导来访者觉察父亲和母亲角色在客观外在，以及在主观内在两个方面对自己的影响，感受学业压力的真实来源和原因。

五、 案例五

图 3－34－1

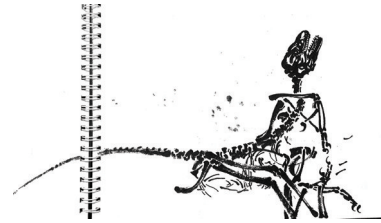


图 3－34－2

图 3－34－3

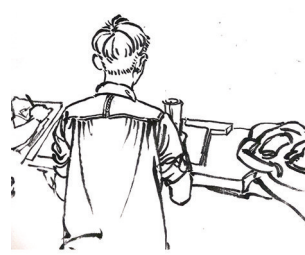


图 3－34－4

图 3－34　静态分析案例五

作者：美术类专业大学生（大三，男）

案例五为同一位来访者在不同情绪状态下的作品，该来访者为美术类专业男生，大一至大三阶段由于情绪上的起伏在心理咨询室定期或间断地接受咨询。在心理咨询的过程中，按照咨询师的要求，该来访者选择了4幅其在不同情绪状态下完成的绘画作业作品进行绘画心理分析。这些作品并非在心理咨询室完成，而是根据美术类课程的要求在写生中或工作室中创作的，按照课程要求均采用黑色水墨，均为对现实场景的写生。

按照来访者自己的描述，图3－34－1在创作时，自己的状态很焦虑，不知道能不能画得好；图3－34－2在创作时心情也是紧张的，但紧张中也有愉悦的成分，因为觉得自己能画好也喜欢画；图3－34－3的创作状态是非常放松的，几乎不对画抱有期待，纯粹就是想把唱歌这一场景画下来；图3－34－4的创作状态是最好的，非常放松，很平静，完全没有多想。

由于在色彩上和内容上这些作业作品具有一定的限制性。因此，对于该系列作品的心理分析，我们主要集中在构图和笔触这两个维度上。

（一）画面特点

从构图维度来看，图3－34－1为纵向构图，其画面大，布满了整个纸面，且画面的上部比下部在色彩和内容的描绘上更加浓烈；图3－34－2为横向构图，画面的内容也贯穿了纸面的上下；图3－34－3为横向构图，画面重心偏下；图3－34－4为纵向构图，画面重心偏下。

从笔触维度来看，在笔触力度上，图3－34－1和图3－34－2的力度要明显强于图3－34－3和图3－34－4；在笔触的秩序和细致程度上，图一的笔触和其他图相比，要显得较为缺乏规则秩序。

（二）静态分析

因此，对照前期资料和本章的静态分析象征参考表，从原型象征中推测来访者的心理状态如下：

从构图和笔触来看，来访者在相对平静、轻松的状态下创作的图3－34－3和图3－34－4，其纸面的上方都比较空，画面的整体重心都偏下，纸面的下半部分象征着现实力，可以认为个体此刻注重和关注现实世界；在焦虑和担忧状态下创作的图3－34－1，纸面布满了笔触力度大而没有秩序的线条，力度大而没有秩序象征着被压抑的本能能量的宣泄，宣泄表现出此刻个体的精神世界是焦虑的。

（三）总结和指导

1．总结

综合以上静态分析的结果，来访者负面情绪状态的主要表现是：

在意识层面的想象中担忧“画不好”，反映了来访者对自身现实状态的怀疑，对自身本能力量的压制和不信任，本能的力量并没有因为受压制而消失，而是继续作用于精神世界，引起更多的焦虑和担忧并通过投射的形式展

现在画面上；而当来访者没有这种想象上的担忧，放空精神世界，去全身心地关注现实、关注当下，做好现实中的事情时，就能很好地发挥自身的力量。

2．指导

在心理咨询中引导来访者接纳现实和关注当下的能力；可对来访者进行注意力集中方面的相关训练；在关注当下的同时，也引导来访者去关注自身的情绪，情绪出现时不去压抑或对抗，而是不带评价地去感受情绪并与其和谐相处，也可进一步用抽象画的形式来客观描绘出所感知到的情绪，将其形象化；引导来访者寻找“担忧”的最初来源。

六、案例六

案例六为来访者根据自身的兴趣爱好所自发创作的作品。来访者是中央美术学院人文类专业女生，大三。因时间规划、生涯发展规划问题主动来到心理咨询室接受发展类咨询。来访者学业成绩优秀，平时对自身要求较高，生涯规划明确，在学习之余也积极进行兼职工作和参加学校活动，时间管理意识强；在时间规划上习惯制定计划，如果未完成计划则会引发自责，甚至会对夜间睡眠产生影响；此外，会周期性地陷入学习工作效率极低的状态，持续时间几天到几周不等，当效率低时也会产生自责。

图 3－35　静态分析案例六

作者：文科类专业大学生（大三，女）

来访者接受过专业的绘画训练，平时爱好绘画和思考哲学，常用绘画的形式来描绘自身的情绪和思维。咨询师建议其选择一幅平时创作的，能够象征自身状态的作品用以心理分析。

按照来访者自身的描述：左边人物在服装上是较为活泼、开放的，代表着积极状态；右边人物在服装较为压抑、包裹的，代表消极状态。二者为同一个体的两种情绪表达，通过拟人具象表达心情的焦灼、犹豫、不安、停滞不前等。

由于在色彩上采取的是适合在网格纸上创作的黑色蘸

水笔，因此，由于材料的限制，分析主要集中在构图、内容和笔触这三个维度上。

（一）画面特点

画面为来访者自身的投射，投射包括积极状态的我和消极状态的我；其中，积极的状态是来访者本人所认同的状态，而消极状态则让来访者感受到了无力与困扰。

从构图来看，积极的我位于画面的左方，消极的我位于画面的右方，积极的我在前，消极的我在后，积极的我在下方，消极的我在上方；从内容来看，积极的我是相对写实的人物画，而消极的我增加了一对翅膀，相对虚幻；从笔触来看，笔触有力量、有秩序。

（二）静态分析

结合来访者的前期资料，对照本章的静态分析象征参考表，从原型象征中分析来访者的心理状态及特质如下：

从画面构图和画面内容来看，积极的我被描绘在象征着过去的左方，而消极的我被描绘在象征着未来的右方，消极的我虽然相对虚幻，但却在积极的我的背后、上方起到了控制作用，让积极的我发不出声音，积极的我对消极的我有一种无力感，结合画面内容所表现的情绪“心情的焦灼、犹豫、不安、停滞不前”等，可以认为，这画面象征着来访者内心的一种担忧，担忧自己未来将会被消极的我所掌控。

从笔触来看，笔触有力量，有秩序，象征着心理能量

水平高。重视社会规则且自信，生活井井有条，个性冷静克制，符合社会规范，有时有完美主义倾向。

（三）总结和指导

1．总结

综合以上静态分析的结果，来访者可能存在如下状态：

对未来消极的我掌控积极的我这种意向表现出担忧和恐惧，并引发出负面情绪和对抗行为，对抗行为的表现，从现实来看是有积极意义的——对自己各方面严格要求、追求卓越和完美主义。平时的生活状态，都反映出积极的我和消极的我的对抗，现实生活中大多数时候是积极的我占据上风，但即使对抗成功，消极的我并不会消失，而只是暂时被压制了，每过一段时间，消极的我就会出现并表现自己，由于来访者意识层面对消极的我本身是不认同的，因此消极的我表现自己时来访者会产生内疚感和负面的自我评价。

2．指导

在心理咨询中引导来访者倾听消极的我的表达，寻找消极的我出现的原因，以及消极的我想表达的内容；消极的我是来访者本人的一部分，要允许消极的我表达自己，消极的我有被尊重的需要，逐步引导来访者，在生活中当消极的我出现时，不要与消极的我产生对抗，耐心地、不带评价地去体验和感受消极的我，与她沟通；通过各种心理咨询技术促进积极的我和消极的我的整合。

七、 案例七

图 3－36　静态分析案例七

作者：美术类专业大学生（大二，女）

案例七为不限定画。绘画者是中央美术学院美术类专业女生，大二，在参加本书作者组织的绘画心理工作坊过程中创作此作品。在完成绘画之后，绘画者给绘画取了名字《我的负面情绪》。咨询师没有绘画者详细的前期资料，绘画者在工作坊中给咨询师的印象是：专注、语言表达能力强。

（一）画面特点

从色彩维度和构图维度来看，来访者的这幅画中主要色调为红色、绿色、黄色、蓝色、黑色，其中暖色调位于

画面的左边，冷色调位于画面的右边。从内容维度来看，均由抽象的线条叠加涂抹构成。画面整体位于纸面的中心；从笔触维度来看，笔触有力、有秩序。

（二）静态分析

因此，对照本章的静态分析象征参考表，从原型象征中分析来访者的心理状态及特质如下：

从画面色彩和画面构图来看，绿色象征着生命力、希望等，红色象征着温暖、生命力等；黄色象征着热情、耀眼等——这些暖色调，都有象征着生命力、热情、希望的含义，它们都位于画面的左边，左边象征着感性、过去；而位于画面右边的部分是由象征着负面情绪的黑色和深蓝色调构成，右边象征着理性、未来。因此，这可能象征着来访者理性层面在某种程度上对感性层面即情绪情感的压抑和阻挠，没有充分地释放情绪、情感，这种状况让其感受到了负面情绪；这种负面情绪可能以一种对未来的担忧为形式表现出来。

从笔触来看，来访者笔触有力而有秩序，象征着心理能量较强，且重视社会规范，即使描绘的是“负面情绪”，采取的依然是相对冷静、克制的方式。

（三）总结和指导

1．总结

综合以上静态分析的结果，来访者存在以下的可能性：

创作者的负面情绪，可能来自理性层面的一些认知、

观念、想法等，其对于原始生命力产生了压制，这种压制表现在对情绪、情感表达的阻挠上；负面情绪也可能表现为对未来的一种担忧。

2．指导

引导来访者觉察有哪些真实的情绪情感被压制了，觉察被压制的原因是什么；帮助来访者寻找其存在哪些不合理信念，以及这些不合理信念出现的原因；帮助来访者寻找未来有可能出现哪些其不愿意接受的、担忧的状况及担忧的原因；鼓励来访者在生活、学习、创作中释放情绪，表达真实的情感。

04

第四章

动态分析

动态分析，是指对绘画者创作过程和创作状态的分析。就创作过程而言，我们要把握的因素包括绘画者的创作顺序、停顿、涂改或推翻重画，及其他有意义的信息；就创作状态而言，我们需要了解绘画者在创作时整体的，或者创作局部内容时的个体意义、联想、感受、情绪等信息。

如果说静态分析是基于对集体无意识——原型的探寻。那么动态分析就是基于对个体无意识——情结的探寻。每个人的情结都以不同方式表现。在这个意义上，静态分析着重于适合大多数人的一般状况，它的局限性也在于此。比如，按照前一章所述的静态分析各参考象征标准，黑色象征着死亡、阴暗等信息，因此，在某种程度上，画面中的黑色往往象征着某种和衰败、恐惧有关的负面情绪感受。然而，如果有一位来访者在她的人际关系抽象画中，用大面积的黑色图形代表了她生活中所倾慕的某个异性，

这是否一定代表了来访者潜意识中对对方的负面情绪的感受呢？经过交流后笔者才了解到，真实的情况是，来访者所倾慕的这位异性，喜欢穿戴黑色的衣物，来访者对这一点产生了非常深刻的印象，还曾和共同的朋友在愉快的气氛中，调侃过他的服饰风格。

因此，从这个角度来说，静态分析的局限性在于其过分重视标准和规则，而标准和规则却未必适合每一个具体的个体。只有当静态分析和动态分析的个体意义、联想、感受、情绪等信息结合在一起的时候，才能得到更加准确的和个体化的分析结果。

上例中经过面询的动态交流后，咨询师了解到，来访者在画面中所展现的是倾慕对象的穿衣风格，而穿衣风格是一种直观属性，是外显的、浅显的，有关一个人的外貌印象。因此，在进一步的动态交流中，咨询师将引导来访者去进一步觉察，在绘画作品中，为什么只有对对方外表、服装这种直观属性的表现，却缺乏对对方如个性、习惯等内隐属性的表现？通过这样一系列连续的动态分析，引导来访者去觉察与她自身个体无意识关系密切的个人情结。

除了静态画面信息之外，在有条件的情况下，咨询师还应对绘画创作过程进行把握。在绘画创作过程中先画什么、后画什么，绘画过程中明显的停顿现象等都包含丰富的个体无意识情结信息。

在绘画心理分析中，如何对个体无意识象征进行分析和探讨呢？荣格了解无意识信息可通过词语联想、梦的分析和积极想象等方法。在绘画心理分析实践中，可对这些分法进行调整改进，使之更加适合绘画心理分析过程。

在本章中，我们将重点探讨画面所包含的情结信息。包括对绘画过程的分析，以及在咨访互动阶段对画面的联想分析等。在联想分析阶段，将荣格的词语联想、梦的分析技术进行调整和改进后，用在了绘画心理分析中，旨在让这些经典技术更加适合绘画心理分析这一探寻无意识的形式。在绘画心理分析中，用得较多的是特征词联想技术和画面联想技术。特征词联想技术，是本书作者对荣格的词语联想技术进行调整和改进后的命名；画面联想技术，则是对梦的分析技术中的自由联想和直接联想进行调整和改进后的命名。

第一节 绘画创作过程的分析

对创作过程的分析是动态分析的一个重要方面。创作过程所包含的信息非常多，比如，在“房树人测验”中，有人先画树、有人先画人；在画人的过程中，有人先画头部轮廓，有人先画五官；有人绘画时从头到尾一气呵成，有些人却在画某些元素的时候产生了明显的停顿；有人一会儿就画完一幅作品，有人却花很长时间才完成作品；有人绘画时突然放弃，推翻原来的绘画作品，向咨询师索要

新的纸张重新作画，等等。

不同绘画者独特的创作过程表现了其潜意识中的个体情结。在心理咨询的过程中，咨询师在条件允许的情况下，应该对来访者创作的整体过程进行把握，对其中的典型特征加以分析，在咨询中重点关注这些过程中所表现出来的行为及其背后的个体情结。

在创作过程中，咨询师要关注以下几个方面的动态信息：

一、 绘画顺序

在绘画顺序上，通常来说，一种可能性是，最关注哪一部分，就会最先画哪一部分。因此，咨询师要找到来访者绘画顺序的象征意义。

比如，在“房树人测验”的具象画中，房子代表了家庭，象征着人内心的安全感；树木代表了人的成长历程，象征了自我的成长、人们对环境的体验、个人形象和人际网络等；而人代表了自我形象、人格等因素，也象征着个人的思想信念、价值观等。如绘画者最先画的是房子，则代表了潜意识中他对家庭、内心安全感最为关注。

二、 时间或停顿

绘画时间过长，象征着绘画者不愿意表现真实的自我，思虑过多；画某一物的时间过长或伴有停顿，则与词语联

想测验中的反应时过长类似，象征着该部分的意向反映了来访者的某些情结。在绘画心理分析中，咨询师应运用后面所说的技术帮助来访者追寻探讨这部分情结。

三、 涂改或推翻重画

在绘画过程中，来访者如果对画面的某一部分进行了涂改，则象征着该部分的理想状态和现实状态之间存在对立和矛盾；而有些来访者在绘画创作进行了一段时间后，突然全部推翻，向咨询师索要纸张重新绘画，这种行为则象征着来访者自身的理想状态和现实状态之间的对立。

总之，在对绘画创作过程的分析中，关于来访者意义特殊的举动，经过记录后，可在后续的特征词联想技术及画面联想技术中进一步加以探讨。

第二节 特征词联想技术

特征词联想技术是本书作者在荣格的词语联想技术基础上进行调整和改进而来，使得词语联想技术这一经典的分析技术能够更适用于绘画心理分析。

一、 词语联想技术

词语联想技术是一种经典的分析技术，即让来访者根据特定的刺激词做出自己的联想或反应。具体操作方法

是：准备一张包含100个单词的词汇表，将这些词汇作为刺激词呈现给被试，要求被试在听到并理解了一个刺激词之后，尽可能快地说出他所联想到的一个或几个词，也就是反应词。刺激词和反应词之间的间隔时间用秒表记录下来。在对着被试呈现完这100个刺激词之后，可将这些刺激词再重新呈现一遍，让被试重复之前的回答。被试这两次的反应可能是不一致的。

在前人理论和实践的基础上，荣格将词语联想技术运用到研究反应障碍中来，并通过词语联想技术及其临床应用发现了情结的存在及其作用，开始探讨与情结有关的无意识事实。

荣格将词语联想技术作为一种研究心理疾病根源的临床技术。对于同一个刺激词，不同的被试会给出不同的反应词；同一个被试在不同的时间段也可能给出不同的反应词。每个被试反应的差别，在背后都有其特定的潜意识动机，这种差别反映出个人情绪的信息。

这种方法对于了解个体无意识非常有效，结合反应时这种量化指标，被试的反应词、回答时的明显错误、语气、伴随的表情和肢体动作等非言语信息都有助于对个人情结进行相对准确的把握。

荣格曾经这样阐述词语联想技术的应用：这个实验最初并未考虑到它目前的运用，而是专门来研究心理联想的。但是，当专门用来研究心理联想的实验失败的时

候，当被试回答错误的时候，人们却能学到别的东西。当我们使用一个连孩子都能做出反应的普通单词，但一个智商很高的人却不能回答，这是为什么呢？荣格认为，这是因为那个单词击中了我们称之为情结的东西，这情结是一种非常隐匿的，以特定的情调或痛苦的情调为特征的心理内容的聚集物。这个单词犹如一枚炮弹，能够穿透厚厚的人格伪装层而打进黑暗层之中。例如，当你说“购物、钱”这类词时，那些具有“金钱情结”的人就会被击中。[㊀]

荣格还总结出了具有分析意义的情结指标，即实施词语联想测验时，如果被试对某一单词的反应特别奇特，或伴随着明显的表情或肢体语言，很可能就有情结的存在。具体的情结指标包括：反应时间，反应超过一个词，重现单词时有误，用表情或身体动作做出反应，只用“是”或“不”作答的不充分反应，不用刺激词的真正意义做出反应，对相同单词的习惯性运用，使用外语，完全缺乏反应等。

所有这些反应都不受意志的控制，被试对此也并无知觉。这个过程显示了潜意识的重要作用，潜意识中的某个情结一旦被触动，个体就必然会在行为上做出相应的反应。

㊀ 申荷永．荣格与分析心理学．［M］北京：中国人民大学出版社．2012：86．

荣格有几个著名的运用词语联想技术的个案。

有一名罪犯在夜间作案时，将一支蜡烛插在一个牛奶瓶内照明进行盗窃。在被拘捕后他拒不交代事实经过，于是警方命令他作联想测验。具体方法是检验者说出一个词，令他立即回答所想到的另一个词。开始时，先用一些无关的刺激词，如“天→地”“父亲→母亲”“鲜花→草地”“黑→白”“巴黎→纽约”等，然后突然提到“蜡烛”，这名盗窃犯即答以“牛奶瓶”；就这样，通过该测验最后侦破了这起盗窃案。这是利用联想测验来进行刑事侦查的一个典型例子。

荣格还曾对一位35岁左右的正常被试（并非病人）做词语联想测验，并记录下了对方的反应时。通过对对方形式干扰的刺激词——“刀子”“长矛”“打”“尖锐的”“瓶子”——揭示对方情结信息。

单词7是“刀子”，被试对其反应时很长，以致随后的3个刺激词的反应时也受到了单词7的影响；接下来的干扰是单词13“长矛”，其后是单词16“打”，再后是单词18“尖锐的”，最后是单词19“瓶子”。对于这些刺激词，被试的反应时明显更长，这足以反映其个体无意识中的情绪信息。荣格说：“我不知道你曾有如此不愉快的经历。”被试盯着荣格说：“我不懂你在谈些什么。”荣格说：“你明白。你曾因为醉酒，有过一桩用刀伤人的不愉快回

忆。”被试很惊讶地说：“你是怎么知道的？”随后被试便讲述了整个事情的经过。他出身于受人尊敬的单纯而正派的家庭，有一次因为醉酒与人发生争执，用刀刺伤了对方，结果被判刑一年。这是一桩他不想提起的秘密，因为会给他的生活造成负面影响。但是，情结相关的信息就在其词语联想的测验中表现了出来。在心理咨询中，可以通过这种方法掌握来访者的情结所在，帮助来访者觉察和体验这些情结，促使来访者恢复身心健康。

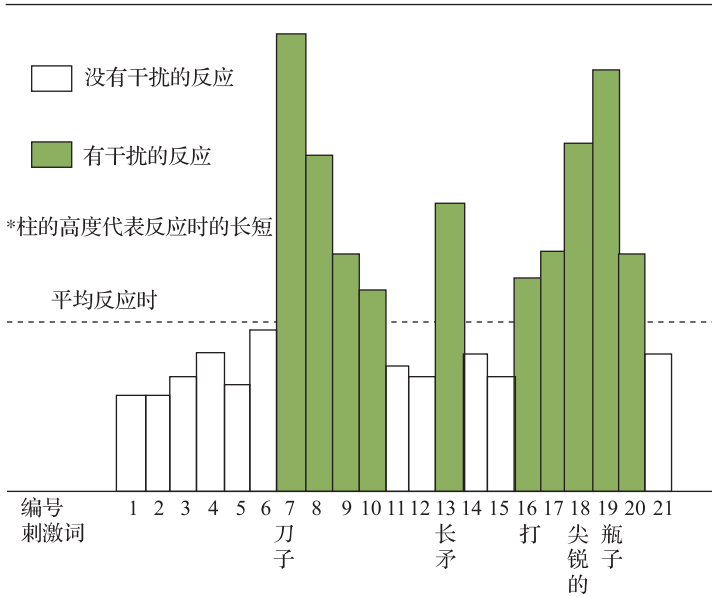


图 4－1　刺激词与反应时

二、 特征词联想技术

特征词联想技术，就是将画面特征词加以选择和定位以后，以听觉的形式展示给来访者，让来访者根据所听到的特征词，给出其最快联想到的反应词。

特征词联想技术的实施包括特征词定位、词汇表的制作、呈现及记录等几个步骤。

（一）特征词定位

所谓特征词，就是将画面信息用词语的形式展示出来。画面特征包括静态分析中的色彩、形状、内容等信息。词语的选择和展示由咨询师来完成。

在对个体无意识中的情结进行探寻的过程中，我们可以用词语的形式展示出画面的信息，通过来访者对画面词语信息的反应，来寻找来访者的个人情结。

图 4－2 是美术类专业的大学生在绘画心理工作坊的作品，作品类型为绘画心理分析中的抽象画，作品主题为“我”。在抽象画创作中，咨询师给来访者规定绘画主题，但绘画的内容可以是相对抽象的。

在以“我”为主题的绘画中，咨询师要求来访者：在纸上用一个抽象的形象，来代表“我”，这个形象可以是任意图形、色彩、线条，也可以是任意图形、色彩、线条的叠加，只要你认为这个图形能描绘出你此时此刻的状态。

图 4－2　抽象画：《我》
作者：美术类专业大学生

如何定位出这张图的特征词呢？我们从色彩和内容两个维度来进行。

图 4－2 在绘画色彩上，使用红色、黄色这两种色调；在绘画内容上，包括方形、圆形、螺旋形等形状的组合，直观感受中，方形有一些倾斜；在绘画内容上，由于是抽象画，咨询师直观上暂时无法感受到具体内容的含义，因此这一步可暂时忽略。

因此，对于上图来说，在定位特征词的时候，红色、黄色、方形、圆形、倾斜、螺旋形等，这些具有明显特点的词汇，可作为特征词词汇。

（二）词汇表的制作

确定了以上的特征词之后，我们就可以将这些特征词汇填入下面的特征词词汇表了：

表 4－1　特征词词汇表

刺激词	反应词	反应时间		备注	二级反应词	二级反应时间		二级反应备注
		正常	过长			正常	过长	
红色								

词汇表共包括 7 列，其中第 1 列为刺激词，系咨询师需要向来访者呈现的词汇；第 2 列为反应词；第 3 列为反应时间；第 4 列为备注；第 5 列为二级反应词（即对反应词的反应词）；第 6 列为二级反应时间；第 7 列为二级反应的备注。

值得注意的是，以上的特征词可作为词汇表的 1 类刺激词汇，除了这些词之外，还可设置一些 2 类刺激词汇，以及 3 类干扰词汇。

2 类刺激词汇主要用来考察来访者的其他相关信息，其确定可根据咨询师掌握的该来访者的前期资料、画面静态分析结果，以及该来访者在面询中的主诉等线索灵活处理，如：大学、寝室、初中、高中、父亲、母亲、亲戚、家庭、家乡、童年、专业、未来、男朋友、女朋友、考研、工作等，用以考察来访者的成长经历、家庭关系、人际关系方面的情况；3 类干扰词汇主要用以充实整个词汇表，增加结果的科学性和有效性，如米饭、巧克力、下雨、绿色、紫色、彩虹、电脑、桌子等。

特征词即 1 类刺激词汇和其他词汇的比例应控制在 1:10左右。

在正式测验前，咨询师可以带领来访者做几次练习以使其熟悉测验过程。

（三）呈现及记录

1. 呈现

呈现环节的指导语为：现在我们来做一项测试，我说一

个词语，你尽可能快地说出这个词让你联想到了什么其他的词语，可以是一个，也可以是几个。比如：我说“鲜花”，有人的反应是“美丽”，有人的反应是“香”，有人的反应是“有刺”，尽可能快地说出你关于这个词的联想；再比如，我说“红色”，有人的反应可能是“很热情”，有人的反应可能是“血腥”。每个人对同一词语的反应可能都不一样，希望你能在最短的时间内表达出你所联想到的描述。

当确信被试了解了特征词联想的操作过程之后，我们就可以开始施测了，在正式施测之前，可带领来访者适当地做一些预练习。

2．记录

首先，以特征词“红色”为例，词汇表需要考察的内容包括来访者对于“红色”这一特征词汇的反应词和反应时间，咨询师将来访者的反应分别填入到表 4－1 的第 2 列、第 3 列中；当来访者在反应过程中有其他较为明显的情况时，将其记录到第 4 列备注中：比如，来访者在反应的时候伴随着具有心理分析价值的表情、肢体、语气信息等。

其次，如果来访者对于“红色”这一特征词，给出的反应词本身是奇特的，或是具有分析价值的，这种情况下就需要记录反应词的“二级反应词”。比如，来访者对“红色”特征词给出的反应词是“猫”，而“猫”与“红

色”这种色彩的集体无意识象征没有明显关联，那咨询师就要将“猫”单独做记号，在进行完事先定好的一轮词汇的呈现之后，再将“猫”这个词作为刺激词进行呈现，并将来访者对“猫”的反应词填入到第 5 列“二级反应词”中。比如，来访者对“猫”的联想词为“凶残”，那么就将“凶残”填入到第 5 列“二级反应词”中，同先前的操作一样，分别将二级反应过程的反应时间和备注信息记录到第 6 列和第 7 列。

在记录反应时的时候，若条件允许，咨询师最好用秒表记录精确的反应时间。但是在实际咨询过程中，如果条件不允许，咨询师根据自己的评估，在反应时间“正常”或“过长”这两个选项中打勾即可。

三、 案例分析

图 4－3 为不限定画。在不限定画中，咨询师没有给来访者规定绘画主题和抽象程度。画什么内容，想以怎样的方式来呈现，由来访者自己决定。也就是说，来访者可以在纸上任意涂鸦、自由作画。咨询师根据来访者的涂鸦特点，探索来访者相关的各类心理特质。

该图画为美术类专业大学生的作品，绘画者为男性，大二。来访者因学业压力等原因产生了阶段性的情绪低沉、抑郁等现象。这是来访者首次面询的初始阶段，和语言陈述相比，来访者更愿意选择用涂鸦的方式来表达和梳

理自身的情绪。

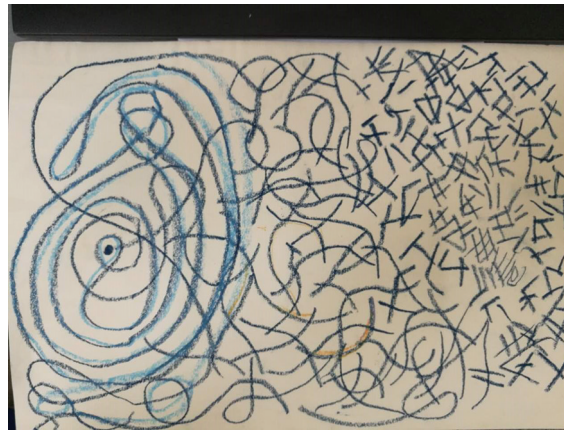


图 4－3　涂鸦画

作者：美术类专业大学生（大二，男）

（一）静态分析

在动态分析前，咨询师对画面静态信息要有一个总的把握和假设，即在心中要有一个基于集体无意识的推测。

从色彩维度来看，来访者的这幅画中大面积地使用了深蓝色调，亮度低，在画面左部包含了一些浅蓝色调，中下部夹杂着少许黄色调；从构图维度来看，整个画面占纸面面积较大，无明显空白；画面总体由线条构成，画面左部包括曲线、螺旋、圆形等特征元素；中部包括曲线、较长的线段、短线等特征元素；右部包括直线、短线；中部和右部的笔触方向不断改变。

因此，对照上一章的静态分析象征参考表，从原型象

征中分析来访者的心理状态及特质推测如下：

从色彩来看，深蓝色调可能象征着广阔、梦幻、忧虑、谨慎、理性、控制能力强等心理状态；浅蓝色调可能代表着感性、自由、清新等；黄色可能象征着骄傲、荣耀或排斥等。

使用的色彩数量较少，颜色单一，表明来访者的情绪自控能力较强。

从构图来看，画面整体面积大，一种可能性是象征着心理能量的充足、自信、攻击性、情绪化、躁动倾向；另一种可能性是内心的无力感在外在表现时呈现的反向心理防御机制。

和过去、母性、感性相关的左部，主要是由曲线、螺旋、圆形等特征构成，这可能代表着温和、圆润，也可能代表着对常规的厌恶；和未来、父性、理性相关的右部，主要由不断改变方向的线条构成，这可能反映了来访者在一定程度上缺乏安全感。

此外，从左到右，线条越来越短，从静态分析象征参考表我们可以看出，长线条代表着控制自己的行为，但有时会压抑自己、内向等特质；而短线条代表着行为冲动、外向等特质。

因此，综合以上几个维度的静态分析结果推测，来访者目前的状态比较冷静、压抑；来访者过去的生活在压抑中带有轻松的成分，表现得较为“圆润温和”，但过去也

有可能一直在渴望着打破常规；而现在和过去不同了，首先不再“圆润温和”了，而且也有冲动的倾向；和现在相比，画面中的“未来”有更加冲动、外向的趋势。

（二）特征词联想实施

以上静态分析，只是咨询师基于集体无意识原型得出的一种假设，不一定适用于推测来访者个体无意识中的情结。因此在静态分析的基础上，咨询师用特征词联想技术进行动态分析，进一步从来访者的个人情结层面探讨心理状态。

1．确立特征词词汇表

在色彩维度，我们定位出深蓝、浅蓝、黄色等特征词；在形状维度，我们定位出曲线、直线、圆形、螺旋形、长线、短线等特征词；因为是涂鸦画，所以在内容维度暂时无法把握。

因此，首先，我们将提炼出的9个特征词顺序打乱后，填写到特征词词汇表的第1列中（如下表第1列红色字体）。

其次，再根据前期资料确立一些2类刺激词（如下表第1列绿色字体）。本例的来访者在一开始的面询阶段，主诉因学业等压力导致情绪低沉、抑郁等状况。因此，本次面询的2类刺激词首先选择了和校园学习生活相关的一些词汇如：美术学、课程、大学、美院、宿舍、英语、绘画、工作室、导师、大学同学、大一等，除了与校园学习

生活相关的词汇外，也选择了一些有关成长历程、家庭关系的词汇如：初中、高中、小学、妈妈、爸爸、弟弟、妹妹、亲戚等（从来访者于面询初始时填写的登记表中，了解到来访者的家庭成员除了自己以外，包括了父母和弟弟、妹妹）。

除了1类刺激词和2类刺激词之外，又确立了一些3类干扰词（如表4－2第1列黑色字体）。

表 4－2　特征词词汇表

刺激词	反应词	反应时间		备注	二级反应词	二级反应时间		二级反应备注
		正常	过长			正常	过长	
花朵	香							
巧克力	苦							
泥土	清香							
圆形	圆滑							
纸张	疼							
美术学	抽象							
课程	难过							
烤鸭	甜							
桌子	硬							
黄色	热、刺眼							
绿色	生命、舒适的							
黑色	沉、定力							
初中	黑暗							

（续）

刺激词	反应词	反应时间		备注	二级反应词	二级反应时间		二级反应备注
		正常	过长			正常	过长	
大学	灰色		√		堵、不透气			
白色	烫							
彩虹	甜							
短的线条	扎手							
爸爸	沉重的							
雕塑	无形							
电话	规则							
专业	不想碰							
刮风	很爽							
美院	也就那样							
水池	很舒服							
米饭	很漂亮							

（续）

刺激词	反应词	反应时间		备注	二级反应词	二级反应时间		二级反应备注
		正常	过长			正常	过长	
深蓝	冷静、高远							
太阳	没什么感觉							
键盘	好吃							
高中	悲伤							
电脑	很喜欢							
小学	酸涩							
水池	很舒服							
麻将	很好听							
妈妈	离不开的							
电视剧	无聊							
棕色	有苦有甜							
曲线	很柔软							

（续）

刺激词	反应词	反应时间		备注	二级反应词	二级反应时间		二级反应备注
		正常	过长			正常	过长	
高山	很孤独							
油画	黏稠							
宿舍	难闻							
小孩	易碎的							
北京	很复杂		√		多边形			
英语	随意							
刀	很喜欢							
浅蓝	空、浮							
手机	很酥							
大学同学	纸张		√		疼痛			
巧克力	好吃							
青少年	不懂事							

（续）

刺激词	反应词	反应时间		备注	二级反应词	二级反应时间		二级反应备注
		正常	过长			正常	过长	
家	蜘蛛网							
闺蜜	虚假							
云	很不透明							
绘画	铅笔							
工作室	很沉重							
新闻	骗人的							
四川	很好吃							
螺旋形	很疼							
军训	很抵触又向往							
夜晚	睡眠							
考试	刺激							
亲戚	很乱							

（续）

刺激词	反应词	反应时间		备注	二级反应词	二级反应时间		二级反应备注
		正常	过长			正常	过长	
棍子	树木							
紫色	神秘							
安徽	三角形							
直线	很疼							
水杯	疼							
厨房	很热							
弟弟	安全感							
阴天	舒服							
白天	困							
铅笔	喜欢							
导师	不想触碰							
姐姐	双马尾辫							

（续）

刺激词	反应词	反应时间		备注	二级反应词	二级反应时间		二级反应备注
		正常	过长			正常	过长	
长的线条	迷茫							
鸽子	幸福							
海洋	窒息							
长江	紧张							
妹妹	离不开的							
方形	很正直							
棱角	疼、磕人							
天津	乌云							
大一	想闭上眼							

2．实施及记录

（1）呈现指导语

咨询师向来访者呈现指导语："现在我们来做一项测试，我说一个词语，你尽可能快地说出这个词让你联想到了什么其他的词汇，可以是一个，也可以是几个。比如：我说'鲜花'，有人的反应可能是'美丽'，有人的反应可能是'香'，有人的反应可能是'有刺'；再比如，我说'红色'，有人的反应可能是'很热情'，有人的反应可能是'血腥'。每个人对同一词汇的反应可能都不一样，希望你能在最短的时间内表达出你所联想到的描述。"

"在正式开始测验之前，我们首先来预先练习一下，我说几个词语，你用最快的速度，用简单的词语来描述你对这个名词的联想（花朵、美院、东北、月亮、童年）。"

"好的，预练习结束，现在我们正式开始测验。"

（2）反应和记录

咨询师按顺序将来访者的反应词填入到相应位置。

如果在反应过程中，来访者对某些词汇的反应时间过长，或意义过于奇特，或反应时伴随着明显的表情或身体语言，则需要对反应词，进行再一次反应，即确立二级反应词，将二级反应词也填写到表4－2上的相应位置。

（三）动态分析

综合以上静态分析结果，和以上实施及记录，我们可进行动态分析。主要包括对1类刺激词即特征词的分析和

对2类刺激词的分析。

1．对1类刺激词即特征词的分析

对表4－2中的特征词，我们可以探索其基于个人情结的象征含义。

色彩维度：深蓝—冷静、高远；浅蓝—空、浮；黄色—热、刺眼。

形状维度：圆形—圆滑；螺旋形—很疼；曲线—很柔软；直线—很疼；短的线条—扎手；长的线条—迷茫。

从远处和宏观上看，整个画面大面积由象征着“冷静、高远”的深蓝色所覆盖。这也是咨询师和不熟悉的人从“远处”对该来访者形成的第一印象：性格上比较冷静，看问题注重宏观，也有自己的观点和想法。

从近处和细节上看，画面呈纵向割裂，大致分为左、中、右三个部分：

在象征着“过去、母性、感性”的画面左侧，有大面积的螺旋形、圆形、曲线等形状，色彩上除了深蓝之外，还有浅蓝。基于特征词的个人情结象征分析显示，浅蓝象征着空、浮，圆形象征着圆滑，螺旋形象征着很疼，曲线象征着很柔软。因此，画面左侧的关键词包括：很疼、空、浮、圆滑、柔软等。

同理，在象征着“未来、父性、理性”的画面右方，关键词包括：扎手、很疼。

在二者之间的画面中部，关键词包括：迷茫、热、

刺眼。

2．对2类刺激词的分析

如表4－2所示，在反应时记录中，来访者对“大学”和“大学同学”的反应时相对较长，因此又进行了二级反应测验。

从来访者的反应词中，我们可以看出：

从学业维度来看，来访者对于刺激词的反应包括：美术学—抽象；课程—难通过；大学—灰色—堵、不透气（二级反应词）；专业—不想碰；美院—也就那样；宿舍—难闻；英语—随意；绘画—铅笔；工作室—很沉重；导师—不想触碰；大学同学—纸张—疼痛（二级反应词）。

从成长历程来看，对刺激词的反应包括，初中—黑暗；高中—悲伤；小学—酸涩。

从家庭成员来看，对刺激词的反应包括，父亲—沉重的；妈妈—离不开的；弟弟—安全感；妹妹—离不开的；亲戚—很乱。

从以上对刺激词的反应可以看出，来访者的成长历程比较不开心，家庭关系中对母亲、弟弟和妹妹都比较认同，与父亲的关系可能存在压力。

从学习生活来看，来访者感觉到中央美术学院和自己一开始的期望不太符合，课程有难度，对学业、导师、大学同学、工作室等学习生活环境相关因素感到压力较大，有一定的逃离倾向。

（四）指导阶段

依据分析结果在心理咨询中对来访者进行相关指导。在指导阶段，和来访者互动的时候我们要遵循“少评价、多觉察原则”和“正向积极原则”。

少评价、多觉察原则是指，绘画疗法作为心理咨询技法的一种是协助我们在咨询中帮助来访者打开心扉的一种方式，因此，和通常的心理咨询一样，咨询师应尽量避免使用评价性、定义性的语言，而应该更多地引导绘画者本身进行自我觉察和自我体验。

正向积极原则是指，绘画心理分析和心理咨询一样，咨询师要表达对来访者的接纳、鼓励和无条件的关心。因此，在不得不对来访者解释绘画心理分析相关结论的时候，我们应多使用尊重鼓励、正向积极的语言。

在本例中，我们可以循序渐进地将咨询方向引导到来访者对其和父亲的关系的觉察上来，也可以引导到在成长历程中，小学和中学阶段有哪些和反应词如“很疼、悲伤、空、浮”等感受相关的记忆或联想，让来访者回到该情境中重新体验、理解并接纳自己，也可以让来访者进一步叙述在大学阶段和“迷茫、沉重、不想触碰、疼痛”等关键词相关的具体事件、细节、感受和情绪等，让来访者去直面这些事件和感受。在这一过程中，要充分表达对来访者的尊重鼓励和无条件接纳。

总之，在动态分析的过程中，咨询师要尽量少对来访

者进行定义性的分析，而要充分引导来访者对自身绘画所反映出来的情结的觉察和体验，让来访者能够自己去感受、去觉察情结的作用机制和作用过程，让来访者充分理解情结的存在及情结的意义，这样才能使得来访者的负面情绪状态得到有效的改善。

第三节 画面联想技术

一、 联想分析法

联想分析法是弗洛伊德和荣格提到过的梦的解析的重要方法，在绘画心理分析实践中，我们可以参考联想分析法中的相关方法，主要包括两种形式——自由联想和直接联想。

（一）自由联想

弗洛伊德以个人潜意识理论为基础，认为梦是隐匿的，不被承认的欲望（主要是性欲）的一种歪曲表现。由于这种欲望和我们有意识的自我是相互抵触的，因此，为了不被自我所识别，为了表现自己的存在，梦就乔装打扮试图逃避意识的“检查”。于是，弗洛伊德的释梦，就是要剥去梦的伪装，抛弃意识偏见并自由地发挥联想，从“显梦”中获得“隐梦”的真正意义。[㊀]弗洛伊德和荣格在治疗

㊀ 申荷永．荣格与分析心理学［M］．北京：中国人民大学出版社．2012：88

中都会用到自由联想技术。

自由联想技术是指让来访者在毫无压力的情况下，描述出头脑中所想到的一切事物或经验。

自由联想技术的基本程序是：让来访者躺在沙发上随意地进行联想，并将联想的过程通过语言说出来，咨询师坐在来访者的身后倾听其联想中的言语。在实施过程中，需要注意的地方包括：第一：在自由联想开始之前，咨询师要对来访者特别强调心理咨询工作的保密原则，以打消来访者的顾虑，让其想到什么就说什么，不必有任何顾虑。有的时候来访者会联想到一些比较难为情或说不出口的内容，这些内容往往更加具有心理分析的价值和意义。第二，在来访者联想的过程中，咨询师要做到不要随意打断来访者的联想过程，对来访者的联想内容也不要加以评论，以免将咨询师本身的联想植入到来访者的联想中去，充分保障来访者联想过程的自由性和主动性。

通过自由联想，来访者被压抑在潜意识中的冲突或个人情结逐渐上升到意识层面，来访者对自身被压抑的那一部分有了觉察和领悟之后，原来的心理症状就会减轻直至消失。

自由联想技术的运用能挖掘出很深层次的内容，比如，来访者梦见了一只小狗在玩耍，那么从“小狗”开始自由联想，则有可能引发出小狗—童年—母亲—父亲等，然后就可以对自由联想所得的所有反应内容进行分析。根据弗

洛伊德的观点，一旦发挥了自由联想的作用，梦中的小狗可能就不再重要了。“小狗”属于显梦层面，而母亲或父亲，以及梦者与母亲或父亲的关系，尤其是童年时代和父母的互动就特别重要，因为它们是所谓“隐梦”的内容，是通过自由联想的引导挖掘出来的。

（二）直接联想

直接联想是荣格在弗洛伊德自由联想技术的基础上进一步改进和创造的。荣格认为，直接联想和自由联想不同的地方在于，在自由联想中，联想有可能会远离或脱离梦的本源，只是引向了梦者的情结，而非梦的本意。[㊀]

就梦中出现小狗的例子而言，直接联想法要求直接联想小狗本身的象征性含义。自由联想的“小狗—童年—母亲—父亲”这一过程逐渐远离小狗这一意象，而直接联想则是让来访者把所有联想到的内容回归到小狗的意象或其象征意义上进行分析，如“小狗—欢快、忠诚”等。二者的区别在于，“小狗—童年—母亲—父亲”这一组自由联想，更多反映的是来访者的个人情结。可能其童年时代与父母亲的关系，始终是来访者潜意识中的一个情结，这个情结始终在来访者的潜意识中发挥着作用，具有一定的稳定性和特质性。而“小狗—欢快”这一联想中，“欢快”这一品质则更多反映的是来访者这个梦本身的含义，可能

㊀ 申荷永．荣格与分析心理学［M］．北京：中国人民大学出版社．2012：91－92

是来访者在目前生活中遇到了某件开心的事情，因此在梦中通过小狗的形象反映出来，具有一定的情境性和状态性。

（三）联想分析和词语联想的对比

无论是自由联想还是直接联想，都属于联想分析技术的具体实践方法。和词语联想技术相比，联想分析技术的自由性和主观性更强。两者的区别主要表现在以下几个方面：

首先，联想分析更强调来访者的自由性。从操作过程来看，在词语联想中，咨询师会给来访者一些既定的词语刺激，来访者根据咨询师提供的刺激词，表述出自己的反应词，在这一过程中咨询师通过分析来访者的反应时长、反应内容和表情、肢体语言等信息，来探索来访者的潜意识信息。这一过程中有相对客观的分析指标。而在联想分析法中，则没有刺激词的设定，完全由来访者通过一个场景、一个事物或梦境自由联想和叙述，在这一过程中，来访者没有被指定主题，在联想过程中也不会受到阻碍，咨询师不轻易打断来访者的叙述，整个过程更加强调来访者的自由性。

其次，联想分析中的觉察和分析解释的过程更强调来访者的主动性。从分析解释过程来看，词语联想测验更加强调咨询师根据反应时、反应内容、表情或肢体语言等信息来进行分析探索，其中有来访者参与的主动性成分，但

更多的是咨询师根据客观信息来解释分析结果；而联想分析并没有客观的反应分析指标，而是给来访者足够的联想时间，使得其隐藏在潜意识中的冲突逐渐浮现，咨询师再帮助来访者化解心理冲突，达到疗愈的目的。和词语联想相比，联想分析中的觉察和分析解释的过程，更强调来访者的主动性。

再次，联想分析具有一定的治疗作用。和词语联想测验相比，联想分析具有一定程度的治疗作用。如果说词语联想测验是咨询师通过测验了解来访者的潜意识，那么联想分析就是来访者直接和自己的潜意识沟通的过程，在沟通的过程中随着潜意识冲突的浮现，来访者的一些负面心理特质就得到了自然而然的正面发展。

二、 画面联想技术

联想分析法在梦的解析中运用得较为广泛，而画面联想技术是本书作者在实践过程中，将联想分析法和绘画心理分析结合起来，让来访者充分表述其对作品或创作过程的联想的一种技术。

（一）联想维度

在实际过程中，联想的维度是自由而广泛的，总的来说包括了联想的切入点，联想的时序性，联想的方式、联想的表述等四个方面。

在画面联想分析中，从切入点来看，我们既可以以画

面整体为切入点，也可以以画面的某个部分为切入点进行联想。

从时序性来看，咨询师可以引导来访者对其在创作过程中大脑所产生的某种意念进行回忆性的探讨和联想，也可以在来访者在创作过程之后，在咨询师引导下对已完成的创作进行联想。

从联想方式来看，既可以采用自由联想的方式，以切入点为初始进行自由联想；也可以采用直接联想的方式，对整体画面或某个画面元素的意义进行直接联想。

从联想的表述来看，来访者的表述既可以是认知性质的，如某种客观的感知、某个回忆片段、某个思维片段、某个想法等；也可以是情绪情感性质的，如某种情绪、某种情感等；也可以是意向性质，如某种对未来的期待、某种对未来的规划等。咨询师只起引导作用，不规定联想表述的内容，也不轻易打断来访者的联想表述。

表 4－3　画面联想类型表

联想维度	内　　容
切入点	画面整体
	画面的某个元素
时序性	对创作过程中所产生意念的回忆性质的联想
	创作完成之后，对画面本身的即时性的联想
方式	自由联想，以切入点为初始
	直接联想，即画面内容本身的含义和象征

（续）

联想维度	内　　容
表述	认知，即感觉、知觉、思维、记忆、想象
	情感，即情绪、情感、心理体验
	意向，即期待、规划

（二）联想引导语句

在画面联想技术的实践过程中，本书作者常用的联想引导语句包括：

1．创作这幅画的时候，你当时想到了什么，能尽量描述一下吗？

2．创作的时候，你当时产生过什么感觉/情绪/想法/回忆/期待吗？大脑中闪现过什么印象深刻的画面或思维片段吗？

3．创作画面中的这个……的时候，你当时产生过什么感觉/情绪/想法/回忆？大脑中闪现过什么画面或思维片段吗？

4．画面让你产生了什么感觉/情绪/想法？

5．画面中的……，让你想到了什么？产生了什么感觉/情绪？

6．画面中的情景，发生在什么时间/季节/时代呢？这个时间/季节/时代，给了你什么感觉/情绪/想法？

7．你感觉画面中的……是什么样的？

8．你感到画面中的情景发生在什么地点？这个地点让

你产生了什么样的感觉/情绪/想法？

9．你觉得画面中的……（位置）有人吗？如果有人，在做什么/是什么状态？如果没有人，你为什么感觉/希望没有人？

10．我注意到，画面中有一个……，这个……让你想到了/感受到了什么？产生了什么情绪/回忆？

11．我注意到，画面中有一个……，你觉得这个……的含义是什么/在提醒你什么/为什么会出现/是用来做什么的？

12．我注意到，对于画面中的这个……，你的表现方式很特别，你为什么会这样表现呢？这样表现当时给你带了什么样的感受/此刻让你体会到什么样的感觉/情绪/想法/回忆？

13．你期待画面中的……是什么样子的呢？

14．如果让你给这幅画命名，你将如何命名？

15．闭上眼睛，穿越到画面中去，说说看到了什么/此刻的情绪/接下来发生的事情。

16．以这幅画为脚本，讲一个故事。

以上的引导语句，结合了画面联想类型表中的联想的切入点、时序性、方式、表述等4个维度，在具象画、抽象画、不限定画的具体操作中，咨询师均可根据来访者及其作品的实际情况，将这4个维度结合起来灵活使用。

在具体实施的时候，咨询师需要注意的地方包括：

1．实施前，对来访者再次强调保密原则，尽量打消来访者的隐私顾虑。

让来访者将其根据画面联想到的内容客观全面地描述出来。某些内容来访者主观上越感到羞耻和不愉快，越不好意思说出口，可能就越具有咨询意义上分析探讨的价值。

2．实施前，向来访者强调联想的自由性，不用过多考虑语言组织和逻辑。

让来访者在描述过程中，不用考虑说得好不好，有没有逻辑。和语言相比，人的感受所包含的信息要更多、更快速、更复杂，也更容易转瞬即逝。太有逻辑的描述，组织得过于清晰的语言，有时候反而是经过了大脑加工，经过了意识和心理防御机制的检阅后呈现出来的结果，会损失很多重要的信息。

3．实施中，保证来访者的连续性和主动性，咨询师不参与、不评论来访者的联想内容。

画面联想分析的主体是来访者，咨询师要时刻保证来访者的连续性和主动性，不轻易打断来访者的画面联想，影响来访者联想的连续性；也不总结或评论来访者联想的内容，因为在总结或评论的时候，可能会加入咨询师本人的联想画面，影响来访者联想的主动性。

同时，与其他心理咨询方式一样，画面联想也需要咨询师适时地运用各种心理咨询技术引导咨询过程。画面联

想分析时，咨询师要实时记录来访者的联想内容以及在联想过程中出现的阻抗和移情等情况，在此过程中，在发挥来访者自由性和主动性的同时，运用常规心理咨询技术适当地引导和深入挖掘。

三、 案例分析

图 4－4　抽象画：《家》

作者：外语类专业学生（大一，女）

以上为抽象画《家》，作者为外语类专业女生，大一。来访者在参加本书作者组织的绘画心理工作坊过程中创作该作品。在工作坊活动结束后，该生又在本书作者的引导下进行了画面联想。咨询师没有绘画者的前期资料，绘画者在工作坊中给咨询师的印象是：干净，文静，有亲和力，善于照顾他人。

动态分析前，咨询师要先实施静态分析：从色彩维度来看，来访者的这幅画中包含了红色、绿色、黄色、橙色、黑色、灰色、紫色7种色彩。

从内容维度来看，画纸左方有一只醒目的“眼睛”；左上角有一些方块，创作者在工作坊中表示，这些方块代表“家中房间里打开的一扇门”；右下方的螺旋形元素类似于蛛网，下方元素类似于蜈蚣；此外，其他分布在画纸各个部位的元素，均由抽象图形如方形嵌心形、十字形、三角形、曲线等构成。

从构图维度来看，画面整体分为：左上、右上、右、右下、下、左下、左、中心8个部分。

从笔触维度来看，作品笔触较为有序，有力；有反复涂抹叠加现象；线条较长。

对照上一章总结的静态分析象征表，并结合来访者的年龄特点和第一印象，从原型象征角度分析来访者的主要心理状态及特质如下：

从色彩维度来看：红色象征着生命力、热情、美丽等；橙色象征着健康、美味、活泼等；黄色象征着温暖、财富等；绿色象征着自然、清新、和平等；紫色象征着神秘、高贵，也有可能象征着威胁；黑色象征着恐惧或困难；灰色象征着茫然；色彩的使用量为7种，相对较多，象征情绪反应强烈，情绪控制力较差。

将内容维度和构图维度结合起来看：眼睛象征着对

外界的观察；眼睛画有睫毛，象征着重视仪表，待人细心；眼睛处于画纸的左部，左边象征着过去、感性、母性；眼睛周围渲染了象征着温暖、热情的浅黄色。这可能表明来访者重视对外界的观察，这种观察可能更多地从感性的角度出发，观察外界的时候自身的状态是“温暖”的。

门象征着沟通和交流，打开的门象征着愿意去沟通交流。门处于画纸的左上方，这可能与过去有关，与精神层面有关。

蜈蚣和蜘蛛网状，均和昆虫有关，结合色彩维度的黑色，似乎象征着某种困难或危险，这些困难主要存在于象征着现实及物质层面的画纸下部。

左上方描绘了坚固、稳重的彩色长方形，右上方用方形镶嵌了心形，心形象征着爱情。象征着来访者精神层面想象力丰富，以及未来对爱情怀有憧憬。

中部由红色、纯色、灰色和长曲线的抽象色块及线条构成，象征着目前状态或核心人格特质的热情、温暖、茫然。

来访者的笔触有力，象征着心理能量高；笔触有序，长线条较多，象征着重视规则，能很好地控制自己的行为和情绪。反复涂抹象征着情绪上的焦虑和紧张。

因此，综合以上几个维度的静态分析结果为：来访者个性特质较为温和。喜欢用感性的方式观察外部世界，易

迷茫，想象力和精神世界丰富，对爱情有理想和憧憬。目前有紧张和焦虑的情绪，这种紧张、焦虑可能是来源于对现实层面的困难的恐惧和担忧。

此外有一个矛盾的现象是，从来访者笔触层面分析，其对情绪行为的控制力较强；从上文色彩层面分析，来访者使用色彩较多，可能情绪控制力较弱。在前文分析中，笔者认为，色彩反映出个体较浅层的心理状态，而笔触反映出个体较深层次的心理特质。因此我们可以假设，来访者一直以来的情绪控制力较强，但近期的心理控制能力失衡。

咨询师基于集体无意识原型假设了以上静态分析结论，不一定适用于来访者的个人无意识中的情结。因此，在静态分析的基础上，咨询师下一步用画面联想分析，进一步从来访者的个人情结层面探讨心理状态和特质。咨询师引导来访者，以几个明显的画面特征为切入点，进行了画面联想，以下为联想部分片段。

咨询师：画面整体让你产生了什么感觉？

来访者：首先是颜色，画面中大块的黑色会让我想到危险、不确定性，最直接的还是想到死亡和黑洞。其次是画面混乱而且抽象，和周围同伴对比之后发现这一点很突出。同伴问我，另一张关于自我的画面里是否有任何形象和我的回忆有关，但我的脑海里只是一片空白，实在说不上什么回忆。在这幅《家》里，我的记忆里非常清晰的只

有家具和摆设，和小时候无法忍受的家里压抑沉闷的氛围，和家人相处的回忆非常模糊而且不确定。

咨询师：我注意到，你的画中有一只醒目的眼睛，你画这只眼睛的时候，是什么感受？对这个眼睛是什么感觉？

来访者：眼睛让我感觉到对外界的观察和理解，有一种安全感。

咨询师：也就是说，当外界在你的观察和理解中的时候，你会感觉到安全。

来访者：偏右的黑色让我感到对未来的不确定性和担忧。

咨询师：是否能这样理解——未知造成了你的恐惧，因为你感到了不确定性？

来访者：是的。

咨询师：画门的时候，你是什么感觉？这个门让你感受到了或想到了什么？

来访者：门让我想到了沟通。画门的时候我的感觉非常压抑和痛苦，画里面的门是打开的，但我觉得其实它关了很久，以前和父母缺少沟通，家里经常就是谁也不讲话。我很想说话，那种安静让我觉得很受不了。

咨询师：理解你的感受。

咨询师：工作坊中你说过，门是打开着的？

来访者：是的，现在说的话多了，我觉得门已经打开

了，我们都在走出来。跨出这一步是我觉得非常骄傲的一件事。

……

在以上对话中，可作为进一步探讨内容的话题很多。如来访者较清晰地回忆起早年家中压抑、缺乏沟通的氛围，但和家人相处的回忆却非常模糊，这可能具有重大的意义。在接下来的咨询中可以以此为切入点进一步挖掘。

在整个过程中，咨询师始终遵循不评论，不参与的原则，保证来访者最自由和主动的联想过程。随着联想的继续和咨询师的适时引导，来访者潜意识中的情结逐渐显露并被其意识层面所觉察和认识到，关于对现阶段的担忧也有了新的认识和体验。

05

第五章

以画疗心——曼陀罗绘画

上两章中我们重点从“以画知心”的角度，阐述了绘画心理分析的方法，注重的是分析的过程。然而在实践过程中，心理分析和心理治疗这二者之间往往是相辅相成、不可分割的，心理分析的最终目的是为了促进个体各项心理功能的健康发展和个体潜力的充分发挥，在绘画过程中绘画行为本身也具有一定程度的“疗心”作用。

不受规则和技法限制的、个体自发形成的绘画创作过程，对心理健康起到了有效的促进作用，这其中，曼陀罗心理绘画又是最为有效及简单的方式，也是本书作者在个体咨询和团体咨询实践过程中经常采用的绘画心理疏导及减压的重要方式之一。

因此，本章就从“以画疗心”的角度，从理论和实践方面简要探讨曼陀罗心理绘画这种简单而又有效的疗心方式，本方法不仅适合在专业的心理健康教育工作中使用，

也适合个体用来调节自己的心理状态。

第一节 荣格的自性化学说

除了在心理咨询和其他心理健康教育工作中常用绘画这种方式来促进个体心理健康发展之外，本书作者在推行“寓心于专，愈人自育”的中央美术学院心理健康教育理念的过程中，也强调美术这种行为本身对于心理健康的促进作用。绘画过程——此处的“绘画过程”指的是由个体自发形成的绘画过程，而不是在绘画任务和绘画规则的要求和限定下的绘画过程——本身就对个体的心理健康有着良好的促进作用。

“以画疗心”的主要理论基础是荣格分析心理学中的自性化学说。荣格的分析心理学在第一章已有所介绍。荣格的自性化学说是荣格心理治疗中最为重要的理念。

自性化是这样一种过程：一个人最终成为他自己，成为一种整合性的、不可分割的，但又不同于他人的发展过程。[㊀]

一、 生活中的对立面

在生活中，人们常常会感受到心理和行为存在着很

㊀ 申荷永. 荣格与分析心理学［M］. 北京：中国人民大学出版社. 2012：77.

多的对立面，善和恶、勇敢和懦弱、优秀与平庸、勤劳和懒惰、聪明与愚蠢、有序和无序……意识层面，我们都在积极追求善良、勇敢、优秀、勤劳的一面，而将罪恶、懦弱、平庸、懒惰的一面无意识地加以隐藏和压抑。然而，压抑并没有让这些阴暗面消失，而是让它们以阴影的方式存在于潜意识之中，在我们没有对其进行充分的觉察和体验时，它们会以各种方式影响着我们的心理和行为。

比如，对于追求卓越的个体来说，因为担心自己会变得平庸，所以在现实层面，会用各种努力来证明自己，如努力地学习等。尽管学习的内容或方式并不是自己所真正感兴趣的，但因为担心会“陷入平庸”而会不断强迫自己去学习。在现实层面，这类人可能在他人的眼中是比较优秀的，但是其内心的压力也是巨大的，并会时常通过各种心理和行为表现出来，如经常性的情绪低落、紧张不安，甚至会陷入抑郁状态或焦虑状态中去，对生活质量造成明显的负面影响。生活中和咨询中常遇到的另一种情况是，虽然行为上没有表现出对对立面的其中一个方面的追寻，但是心中对这个方面却是认同的，并对自身的现实状况有攻击性。比如，个体心中对“勤劳”的价值观是认同的，虽然行为上大多数时候表现得懒散，但懒散的时候其实是充满了不安和自责的，觉得自己很糟糕，这种不安和自责

来源于自我的攻击，不断影响着个体的情绪和个体与外界的互动过程。

所以，追求对立面的其中一个方面，也必然会造成对另一个方面的恐惧和压抑。因为恐惧而努力，这种努力对个体能量是消耗性的，就算能暂时在现实层面得到一些正强化和奖赏，但是长期处于这种对立消耗中，必然会对个体产生各种负面影响，使个体难以发挥出自身真正的潜力。

二、 对立面的整合

如何将对立面整合统一，直至实现真正的自性化，是荣格理论所探讨的核心问题之一。从某种程度上来说，自性化的过程，就是促进对立面整合统一的过程。

（一）荣格的两极合并观

在荣格的分析心理学理论体系中有很多成对出现的概念：意识与无意识、人格面具和阴影、自我与自性等，荣格期望这些成对存在的心理状态能够达到和谐与平衡的状态，也就是通过两极的合并，最终整合一致。压抑其中一面，追求另一面，只会带来片面和分裂。

（二）如何实现自性化

荣格理论和东方文化有着不可分割的联系。他借鉴了佛教中的“中道观”，认为“通过中道达到对立面的统一

是内心体验的最根本的一项。”[㊀]

在此基础上，荣格提出了自性化的概念，在荣格的心理学体系中，我们普通意义上的自我，被称为“ego”，即意识层面的自我。这种“自我”也就是普通意义上的“我”，是我们习惯性的主观认同。然而，在我们每个人的内心深处，还存在着一种内在的自我，被称之为“自性”，荣格用 Self（S 大写）来表示。荣格曾经说过：“自我是地球，自性是太阳，自性化就等于是日心说。”[㊁]

自性化是这样一种过程：一个人最终成为他自己，成为一种整合性的、不可分割的，但又不同于他人的发展过程。我国学者申荷永总结了荣格 1921 年出版的《心理类型》一书中对自性化定义的表达，其基本的特征是：（1）自性化过程的目的是人格的完善与发展；（2）自性化接受和包含与集体的关系，亦即它不是在一种孤立状态下发生的；（3）自性化包含着与社会规范的某种程度的对立，社会规范并不具有绝对的有效性。

从某种程度上来说，自性化的过程，就是促进对立面整合统一的过程。自性化的实现要求从情结和原型这两个方面来加以实施。有关情结和原型的概念，我们在第一章中已做过论述。

㊀ 拉·莫阿卡宁. 荣格心理学与西藏佛教——东西方精神的对话［M］. 江亦丽，罗照辉，译. 北京：商务印书馆，1996：122.

㊁ 荣格. 分析心理学的理论与实践［M］. 成穷等译. 北京：生活·读书·新知三联书店，1997.

1．通过对个人情结的觉察和体验，来不断实现自性化。

情结事实上是“人格碎片”。因为它从完整、和谐的人格内部分离了出来，失去了与人格整体活动的一致性。人要实现自性化，必须有效地减少情结对人格整体发展的影响。[㊀]

如何减少情结对人格整体发展的影响呢？荣格认为，如果情结没有被个体所觉察和体验到，那么情结就会在潜意识中对个体的心理和行为不断地产生影响，而一旦个体觉察并体验到了情结的存在，情结就失去了控制个体的力量。

2．通过对对立的原型意象的觉察和接受，来不断实现自性化。

荣格分析心理学中有很多成对的概念，包括人格面具和阴影、阿尼玛和阿尼姆斯等。

其中，阴影是一种重要的原型意象，它和人格面具往往是相对的。如果说人格面具是个体外在所表现出的期望他人认同的那个“我”，那么阴影就是个体内心深处隐藏的或无意识的心理层面的“我”。

人格面具与阴影是相互对应的原型意象，在心理分析的意义上，我们越是认同某种美好的人格面具，我们的阴

㊀ 黄娟娟．论荣格分析心理学中人的自性化发展［J］．社会心理科学，2015，30（01）：11－14．

影也就越是阴暗。[㊀]比如，当个体在人格面具层面的行为表现过分友好、过分温柔的时候，这里面可能就具有邪恶、痛苦的阴影。从这个角度来说，人格面具和阴影，这二者往往是分裂的、相反的，当二者无法协调时，也就破坏了人格的整体性，进而成为人在自性化过程中的另一大障碍。

在自性化的过程中，对于阴影，我们要去积极地认识它、接纳它，并承认它是自己的一部分，不过分压制它，在合理的社会规范的范围之内一定程度地允许阴影表现和释放，在整合人格面具和阴影的过程中，我们要正确认识并接纳自己的正面与负面，并在它们互相越界时对其进行适当的调整，让其归位。

其他各类对立的原型意象也类似，如阿尼玛和阿尼姆斯，无论是男性还是女性，个体如果过分认同自身的性别，而对内心的另一个性别没有觉察、过分压抑的话，也会出现适应问题。实现个体与自身异性人格的整合，也在于对异性人格的觉察和接受，并允许它的存在及一定程度上的释放。

只有在完成所有功能的整合与平衡之后，自性才会自然涌现。自性的出现，意味着个体人格的进一步和谐和统一。

㊀ 荣格. 分析心理学的理论与实践［M］. 成穷等译. 北京：生活·读书·新知三联书店，1997.

第二节 曼陀罗绘画——自性的表述

如何运用绘画来促进个体的上述自性化过程呢？荣格在心理治疗中曾使用过曼陀罗绘画来促进整合和统一的自性化过程。

曼陀罗绘画是一种最为简单而有效的促进自性化的方式，个体在进行绘画的过程中，通过象征的方式展现及整合内心的冲突及对立面，在此过程中内心得到整合，一些心理问题得到了自发疗愈，心理压力也会得到有效的疏导。

一、 曼陀罗绘画的作用

曼陀罗来源于梵语 MANDALA，意为“坛城”，最初是佛教徒为了请经、修法而选择清净的地方以安置法像的场地。

后来，曼陀罗成为修行者通过在“神秘圆圈”中描绘图案以表达禅思过程中的心理体验的过程，同时，也作为一种以象征性的语言传达“宇宙和神性力量的联系”的方式。[㊀]

荣格认为：“曼陀罗经常出现于心理紊乱的状态下。

㊀ 荣格. 人类及其象征［M］. 张举文，荣文库，译. 沈阳：辽宁教育出版社. 1988：221.

人们画曼陀罗的目的在于减少心理紊乱，实现内心秩序，虽然病人在意识层面未能意识到这点。然而，他们所表达的正是秩序、平衡与完整。”[㊀]

在曼陀罗绘画中，最重要的现象就是从无序到有序的过程，绘画者一开始动笔时，点、线、面可能是无序的，然而随着绘画过程的进行，图案越来越有序、有规则。在这个过程中，并没有人告诉来访者如何建立图案规则，这个规则完全是由来访者根据自己的感觉而自发建立的，由本心而发。这个过程也就是整合过程在画面上的体现，象征着内心秩序和平衡的自然而然的重新建立。

曼陀罗绘画就是通过表达性的方式，让内心中的对立面得以整合，并重新建立秩序和平衡的过程。

在绘画心理治疗中，曼陀罗绘画是一种极为有效而简单的方式。在保证来访者安全感的前提下，来访者自然而然地在绘制曼陀罗的过程中，通过象征的方式展现及整合内心中的冲突及对立面，在此过程中得到疗愈，心理压力也会得到有效的疏导。这一过程甚至无需在心理咨询室进行，个体可以自己在任何能体会到充足安全感的环境实施绘画。

㊀ Jung C G. Concerning Mandala Symbolism [M]. Princeton, NJ: Princeton. University Press, 1950: 49 - 60.

二、 曼陀罗绘画的实践

在实践过程中，曼陀罗绘画主要存在非结构式与结构式两种形式。本书作者在实践中常用的是“非结构式曼陀罗”。

“非结构式曼陀罗”要求绘画者在规定尺寸的圆内作画，绘画者可以根据自己的爱好或脑海中出现的意象，画任意的图案。这种曼陀罗绘画形式的使用者主要以荣格为代表。“结构式曼陀罗”则有给定曼陀罗图形模板，绘画的过程只要求绘画者对模板进行涂色。[㊀]

就曼陀罗的形态特征而言，荣格认为它们具有以圆为中心的形式以及十字架、星星、四边形和八角形的形式。他进一步总结出曼陀罗的外在形态为“一个圆圈，一个正方形或一个四方结构，表现为四个部分或四的倍数部分的对称排列”。[㊁]但在实践过程中，由于个体心理状态和自性化过程的独特性，因此，曼陀罗的外观有些较为标准，有些则是不规则的，因为每一位来访者的心理状态和自性化过程都有其独特性。

以下为本书作者的来访者创作的部分曼陀罗绘画作品。

㊀ 陈灿锐，高艳红，郑琛. 曼陀罗绘画心理治疗的理论及应用［J］. 医学与哲学（A），2013，34（10）：19－23.

㊁ 王新生，苑冀. 曼荼罗的象征意义初探［J］. 湘潮（下半月）（理论），2007（10）：41.

图 5－1　曼陀罗绘画作品一

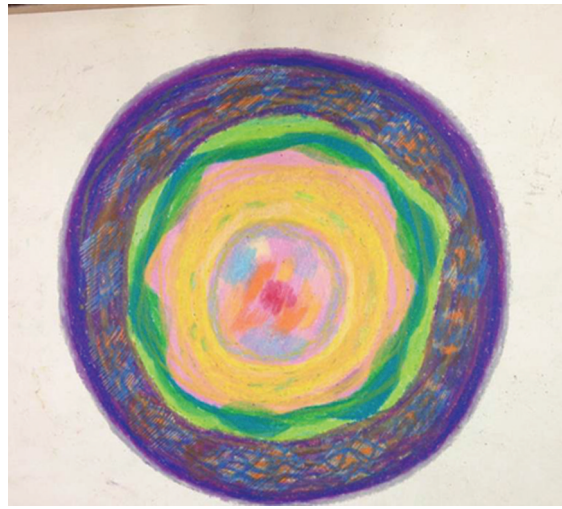


图 5－2　曼陀罗绘画作品二

图 5－3　曼陀罗绘画作品三

图 5－4　曼陀罗绘画作品四

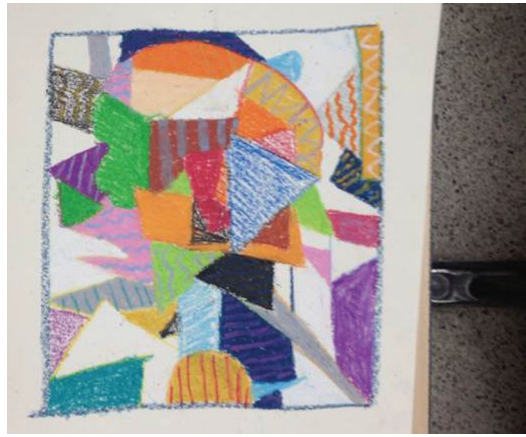


图 5－5　曼陀罗绘画作品五

图 5－6　曼陀罗绘画作品六

值得注意的是，曼陀罗绘画属于第二章第三节中所描述的抽象画作品，我们也可对照静态标准和与来访者的动态互动过程，从色彩、构图、内容、笔触等静态信息，以及绘画过程及绘画状态等方面进行心理分析。

在实际操作中，由于个体在每个阶段的心理状态都是独特的，且自性化是一个长期的、不断发展的过程，因此每个个体在每个阶段所展示出的曼陀罗都是不同的，可以结合不同阶段的作品进行综合分析和领悟。

总之，曼陀罗绘画操作简单易行，不受绘画条件和心理健康教育专业性的限制，这种简单易行、操作性强的方式，不仅适合在专业的心理健康教育工作中使用，也适合每个人自己进行操作和自己领悟，简便易行。

参考文献

[1] MORRIS NE. Recent development in psychoanalysis [M]. New York: McGraw-Hill Book Company, 1984: 6.

[2] STEIN M. Jung's Map of the Soul [M]. Chicago Open Court, 1998: 36.

[3] Jung C G. Concerning Mandala Symbolism [M]. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1950.

[4] 西格蒙德·弗洛伊德. 自我与本我 [M]. 林尘, 张唤民, 陈伟奇, 译. 上海: 上海译文出版社, 2015.

[5] 西格蒙德·弗洛伊德. 论艺术与文学 [M]. 高觉敷, 译. 北京: 商务印书馆, 1986.

[6] 卡尔·古斯塔夫·荣格. 荣格文集 [M]. 北京: 改革出版社, 1997.

[7] 卡尔·古斯塔夫·荣格. 荣格作品集 [M]. 南京: 译林出版社, 2014.

[8] 卡尔·古斯塔夫·荣格. 分析心理学的理论与实践 [M]. 成穷, 等译. 北京: 生活·读书·新知三联书店, 1997.

[9] 卡尔·古斯塔夫·荣格. 人类及其象征 [M]. 张举文等, 译. 沈阳: 辽宁教育出版社. 1988.

[10] 拉·莫阿卡宁. 荣格心理学与西藏佛教——东西方精神的对话 [M]. 江亦丽, 罗照辉, 译. 北京: 商务印书馆, 1996.

[11] 茹思·安曼. 沙盘游戏中的治愈与转化: 创造过程的呈现 [M]. 潘燕华, 译. 广州: 广东高等教育出版社, 2006.

[12] 艾伦·温诺. 创造的世界——艺术心理学 [M]. 陶东风, 等译, 台北: 田园城市文化事业有限公司, 1998.

[13] 罗丝琳娜·达维多. 涂鸦解密——儿童绘画心理透视 [M]. 陈

霞，译．杭州：浙江教育出版社，2007：23－24
[14] 叶浩生，杨莉萍．心理学史［M］．上海：华东师范大学出版社，2009.
[15] 叶浩生．冲突·焦虑·防御——弗洛伊德的动力心理学［J］．教育研究与实验，1987（01）：77－83.
[16] 沈德灿．精神分析心理学［M］．杭州：浙江教育出版社，2005.
[17] 王光荣．弗洛伊德人格结构理论的演变及其影响［J］．西北师范大学学报（社会科学版），1994（03）：64－67.
[18] 董秀娜．弗洛伊德的人格理论综述［J］．伊犁教育学院学报，2005.
[19] 付馨慧．从视觉角度看超现实主义——用弗洛伊的潜意识理论解析达利作品［J］．科技信息，2011（11）.
[20] 申荷永．荣格与分析心理学［M］．北京：中国人民大学出版社．2012.
[21] 周丽芳．中日大学生空间象征理论的检验及抑郁的相关研究［D］．苏州：苏州大学，2008.
[22] 杨东．艺术疗法——操作技法与经典案例［M］．重庆：重庆出版社．2007：23
[23] 宋春晓．树木—人格投射测试在教师选拔中的应用研究［D］．苏州：苏州大学，2016.
[24] 吉沅洪．树木—人格投射测试［M］．重庆：重庆出版社，2011
[25] 陈昇．箱庭疗法在心理临床中的应用［J］．武警医学，2012（07）：553－556.
[26] 赵阳，李超．油画笔触的心理学解读［J］．才智，2010（34）：180－181.
[27] 李鸣．荣格的分析性心理治疗（下）［J］．临床精神医学杂志，2000（02）：112－113.
[28] 邱鸿钟．艺术心理评估与绘画治疗［M］．广州：广东高等教育

出版社．2014．
[29] 王楚云．试论阿恩海姆的艺术治疗观［J］．南方论刊，2012（10）．
[30] 孙培．绘画疗法促进幼儿心理健康发展的个案研究［D］．济南：山东师范大学，2011．
[31] 周红．美术治疗的发展：回顾与展望［J］．华东师范大学学报（教育科学版），2014（01）：97－102．
[32] 王琳．色彩原型的生成与进化［J］．中外企业家，2010（14）：132－133．
[33] 仲稳山．房树人绘画投射测验中的色彩心理［J］．心理技术与应用，2015（06）：51－55．
[34] 陈灿锐，高艳红，郑琛．曼陀罗绘画心理治疗的理论及应用［J］．医学与哲学（A），2013，34（10）：19－23．
[35] 黄娟娟．论荣格分析心理学中人的自性化发展［J］．社会心理科学，2015，30（01）：11－14．
[36] 王新生，苑冀．曼荼罗的象征意义初探［J］．湘潮（下半月）（理论），2007（10）：41．
[37] 陈侃．绘画心理测验与心理分析［M］．广州：广东高等教育出版社，2008．
[38] 康耀南．实画实说：图画中的心理奥秘［M］．北京：世界图书出版社，2011．
[39] 魏广东．心灵深处的秘密：荣格分析心理学［M］．北京：北京师范大学出版社，2012．
[40] 李宏伟、吴迪．心理画：绘画心理分析图典［M］．北京：人民邮电出版社，2008．
[41] 严文华．心理画外音［M］．上海：华东师范大学出版社，2012

Psychological Analysis of Drawings

“心灵的非语言表达方式”与语言工具一样，都是信息的载体，但对个体而言，它们包含的信息更为丰富，也更为隐秘。以图画为例，每一幅画作本身都是对个体潜意识的“投射”，都是对压抑的自我的释放，都包含了个体丰富的情感信息。而绘画的过程则把个体意识不到的信息带入意识之中，通过意识与潜意识的对话，促成个体人格的更新和转化。本书以绘画心理分析应用为宗旨，综合运用各经典绘画心理分析测试工具，分静态分析与动态分析两大方面对不同作品及不同创作过程进行了系统的分析和解读。

为中华崛起传播智慧

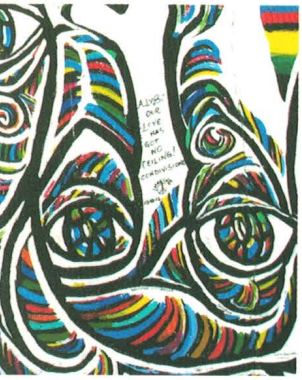
地址：北京市百万庄大街22号
邮政编码：100037

电话服务
服务咨询热线：010-88361066
读者购书热线：010-68326294
010-88379203

网络服务
机工官网：www.cmpbook.com
机工官博：weibo.com/cmp1952
金书网：www.golden-book.com
教育服务网：www.cmpedu.com
封面无防伪标均为盗版

策划编辑◎刘林澍 / 封面设计◎MX DESIGN STUDIO Q:1765628429
营销编辑◎杨　冰 010-88379450

Psychological Analysis of Drawings



艺术家的创造物——艺术作品——恰如梦一般，是无意识愿望在想象中的满足。

—— 精神分析创始人 西格蒙德·弗洛伊德

什么才是真正的曼陀罗：成型、变形、永恒心灵的永恒创造，而这便是自性即人格的完整性。

—— 分析心理学创始人 卡尔·古斯塔夫·荣格

美是心灵的体操，它使我们精神正直、良心纯洁、情感和信念端正。

—— 教育理论家、实践家 瓦·阿·苏霍姆林斯基

美术创作过程本身就是治疗，美术是个体积极面对现实、构建自我的创造性的力量。

—— “美术即治疗”理念提出者 伊迪丝·克莱曼

ISBN 978-7-111-58467-4

机械工业出版社
微信公众号

机工大众图书分社微信号：
CMP-bestsellers

上架指导 心 理

ISBN 978-7-111-58467-4

定价：59.00元